

**REGOLAMENTO TECNICI FEDERALI**

## INDICE

Art. 1	Formazione e Aggiornamento dei Tecnici
Art. 2	Qualifiche, livelli e specializzazioni del Tecnico FITARCO
Art. 3	Acquisizione delle Qualifiche e delle Specializzazioni
Art. 4	Strutture federali preposte alla Formazione e Specializzazione dei Tecnici
Art. 5	Tesseramento e Ruolo Nazionale dei Tecnici
Art. 6	Albo Nazionale dei Tecnici
Art. 7	Il Sistema dei crediti formativi
Art. 8	Albo Nazionale dei Tecnici: crediti necessari per il mantenimento dell'iscrizione e per il passaggio di qualifica.
Art. 9	Mancata iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici o mancato conseguimento dei crediti
Art. 10	Riammissione all'Albo Nazionale dei Tecnici
Art. 11	Requisiti per l'accesso ai Corsi di Qualifica
Art. 12	Riconoscimento delle qualifiche rilasciate da altre Federazioni
Art. 13	Programmi dei corsi
Art. 14	Frequenza ai corsi
Art. 15	Mancato superamento degli esami
Art. 16	Corsi di aggiornamento
Art. 17	Docenti
Art. 18	Tecnici con specializzazione Giovanile
Art. 19	Entrata in vigore del Regolamento
	Disposizione transitoria
	ALLEGATO AL REGOLAMENTO TECNICI FEDERALI
ALL. 1	Raduni Tecnici Regionali - partecipazione dei Tecnici personali
	APPENDICE
	REGOLAMENTO ATTUATIVO DEI CORSI PER ISTRUTTORI E ALLENATORI
	PARTE I: DISPOSIZIONI GENERALI
	SEZIONE I: CORSO TECNICO DI BASE, CORSO ISTRUTTORI I LIVELLO,
Art. 1	Disposizioni generali per l'istituzione di corsi di per la formazione di istruttori di I livello - Piano Nazionale dei Corsi
Art. 2	Soggetti organizzatori
Art. 3	Modalità organizzative
Art. 4	Requisiti di ammissione - documentazione
Art. 5	Docenti - modalità di svolgimento del Corso
	SEZIONE II: CORSO ISTRUTTORI II LIVELLO, CORSO ALLENATORI
Art. 6	Soggetti organizzatori
Art. 7	Modalità organizzative

Art. 8	Requisiti di ammissione - documentazione
	PARTE II: CORSI PER L'ACQUISIZIONE DELLE QUALIFICHE TECNICHE FEDERALI
	SEZIONE I: CORSO PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI ISTRUTTORE DI I LIVELLO
Art. 9	Profilo, compiti e obiettivi
Art. 10	Piano di studi - Quadro orario
Art. 11	Modalità di svolgimento delle prove d'esame - Partecipazione - Valutazione
Art. 12	Programma didattico
Art. 13	Materiale didattico per seguire i corsi e preparare gli esami di Istruttore di I livello
	SEZIONE II: CORSO PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI ISTRUTTORE DI II LIVELLO
Art. 14	Profilo, compiti e obiettivi
Art. 15	Piano di studi - Quadro orario
Art. 16	Modalità di svolgimento delle prove d'esame - Partecipazione - Valutazione
Art. 17	Programma didattico
Art. 18	Materiale didattico per seguire i corsi e preparare gli esami di Istruttore di II livello
	SEZIONE III: CORSO PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI ALLENATORE
Art. 19	Profilo, compiti e obiettivi
Art. 20	Piano di studi - Quadro orario
Art. 21	Modalità di svolgimento delle prove d'esame - Partecipazione - Valutazione
Art. 22	Programma didattico
Art. 23	Materiale didattico per seguire i corsi e preparare gli esami di Allenatore
	ALLEGATI AL REGOLAMENTO ATTUATIVO DEI CORSI PER ISTRUTTORI E ALLENATORI
ALL. A	Linee Guida per l'organizzazione del Corso Base, Seminari di Aggiornamento, Corsi di Approfondimento/Specializzazione
ALL. B	Criteri per l'organizzazione del Corso Tecnico di Base
ALL. C	Criteri per l'organizzazione di Seminari di Aggiornamento
ALL. D	Criteri per l'organizzazione di Corsi di Approfondimento tematico
ALL. E	Regolamento attuativo Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico Giovanile
ALL. F	Regolamento Attuativo Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico per Arcieri Paralimpici

# REGOLAMENTO TECNICI FEDERALI

## Art.1 - Formazione e aggiornamento dei Tecnici

- 1.1 La FITARCO cura la formazione e l'aggiornamento dei suoi Tecnici, al fine di tutelare e potenziare il patrimonio arcieristico nazionale. In questa funzione può richiedere la collaborazione di Enti Pubblici o Associazioni private che rispondano, per qualità e organizzazione, ai propri obiettivi.
- 1.2 Il Tecnico FITARCO opera in relazione alla qualifica conseguita e alle competenze tecniche che le corrispondono, con attenzione alla salvaguardia della salute fisica dei propri atleti, al rispetto dei valori etici e delle norme a tale scopo emanate dalla World Archery, dal CONI e dalla FITARCO.
- 1.3 Il Tecnico FITARCO è libero di esercitare la sua attività sia presso la Società di appartenenza che presso altre Società, Staff Tecnici regionali, nazionali o internazionali.
- 1.4 Annualmente la Commissione Formazione Quadri Tecnici e Dirigenziali (CFQ), in collaborazione con i Comitati Regionali, predispose un Piano Nazionale, che include tutta l'attività di formazione e d'aggiornamento nazionale e territoriale, da sottoporre all'approvazione del Consiglio Federale, provvedendo e vigilando, per quanto di sua competenza, sulla sua attuazione.
- 1.5 La FITARCO è l'unico soggetto atto a certificare formalmente le competenze dei propri Tecnici (livelli). Nella definizione di qualifiche e livelli aderisce al Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ), rispondente al Sistema Europeo di Qualifiche (EQF).
- 1.6 In conformità al modello dello SNaQ, anche la formazione dei Tecnici FITARCO prevede un sistema di acquisizione di crediti che permette di integrare la formazione istituzionale del Tecnico (Corsi per livello) con un sistema di aggiornamento permanente e con abilità e conoscenze maturate anche in ambiti diversi dalla FITARCO (es. Università), purché convergenti con il sistema di competenze definito dall'insieme dei Regolamenti riguardanti il Settore dei Tecnici FITARCO.

## Art.2 - Qualifiche, livelli e specializzazioni del Tecnico FITARCO

- 2.1 La qualifica di tecnico FITARCO si articola nei seguenti 3 livelli, direttamente gestiti dalla FITARCO:
  - Istruttore di I Livello
  - Istruttore di II Livello
  - Allenatore - Allenatore Nazionale
- 2.1.1 Le competenze relative a ciascun livello di qualifica sono riportate nel Regolamento Attuativo dei Corsi, che integra il presente Regolamento.
- 2.2 La FITARCO riconosce un ulteriore livello denominato Allenatore di IV livello europeo, previsto dal Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici (SNaQ) ed istituito dal CONI, che provvede alla sua organizzazione per mezzo della Scuola dello Sport. Possono partecipare al Corso per l'acquisizione della qualifica di Tecnico IV livello europeo i tecnici con qualifica di Allenatore ed in possesso dei necessari requisiti che operano, o aspirano a operare, con responsabilità di Squadre nazionali o di Ricerca o di Formazione federale.
- 2.3 La FITARCO inoltre riconosce le seguenti specializzazioni, acquisibili con ogni livello di qualifica:
  - Tecnico giovanile
  - Tecnico per arcieri paralimpici
- 2.4 I Comitati Regionali, concordando il programma con la CFQ, e la stessa CFQ possono indirizzare a tutti i tecnici iscritti all'albo, speciali corsi di approfondimento per le divisioni riconosciute dalla Federazione (Ricurvo, Compound, Arco Nudo/Istintivo e Longbow). La procedura di svolgimento segue le stesse norme definite per i corsi Istruttori. L'ente organizzatore consegnerà poi ai corsisti che saranno ritenuti idonei un diploma, attestante il superamento dell'esame finale, che darà luogo a crediti
- 2.5 I Corsi di Specializzazione si svolgeranno su programma definito dalla CFQ e termineranno con esame finale. La procedura di svolgimento segue le stesse norme definite per i corsi Istruttori. L'ente organizzatore consegnerà poi ai corsisti che saranno ritenuti idonei un diploma, attestante il superamento dell'esame finale, che darà luogo a crediti e dovrà essere considerato titolo di preferenza per l'accesso a corsi di livello superiore.
- 2.6 Al termine dei Corsi di specializzazione sarà cura dell'organizzatore inviare al Consiglio Federale per la presa d'atto, per il tramite della CFQ, i nominativi dei corsisti, idonei e non, con le relative attribuzioni di voto
- 2.7 Le specializzazioni acquisite prima del 2002 conservano la loro validità in deroga alla presente disposizione.

### **Art.3 - Acquisizione delle Qualifiche e delle Specializzazioni**

- 3.1 Qualifiche e Specializzazioni sono attribuite agli interessati solo dopo la presa d'atto da parte del Consiglio Federale.
- 3.2 La CFQ Nazionale, prima di sottoporre l'atto di acquisizione della qualifica o della specializzazione al Consiglio Federale, vigila sul rispetto e sulla regolarità delle disposizioni relative alla sua formulazione.
- 3.3 La CFQ Nazionale ed i Comitati Regionali, per le rispettive competenze, a seguito dell'effettuazione dei corsi di qualifica o di specializzazione o di approfondimento rilasciano un Diploma attestante il livello o la specializzazione o l'approfondimento raggiunti e i crediti conseguiti
- 3.4 Le qualifiche di Istruttore di I Livello, Istruttore di II Livello, di Allenatore e di Allenatore Nazionale si acquisiscono:
- Frequentando i corsi di formazione, indetti periodicamente dalla Federazione centrale e periferica.
  - Superando positivamente gli esami finali.
- 3.5 La qualifica di Allenatore di IV livello europeo si ottiene con la frequenza di corsi e l'acquisizione verificata di competenze necessarie a raggiungere i punti di credito stabiliti dal CONI nell'ambito del Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici sportivi (SNaQ) al quale si rimanda.
- 3.6 La qualifica di Tecnico Emerito è conferita a tutti i tecnici, regolarmente iscritti all'Albo nazionale dei Tecnici, che ne facciano domanda alla CFQ. Tale qualifica è attribuita:
- ai Tecnici iscritti all'Albo, a partire dal 1° gennaio dell'anno in cui compiono 70 anni di età
- 3.7 Ogni singola qualifica, così come previsto dal Regolamento Attuativo dei Corsi, riconosce specifiche funzioni, competenze e crediti in coerenza con il sistema rappresentato dal Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ).

### **Art. 4 - Strutture federali preposte alla Formazione e Specializzazione dei Tecnici.**

- 4.1 Per l'acquisizione delle qualifiche:
- Per la qualifica di *Istruttore di I Livello*, il soggetto preposto è il Comitato Regionale del proprio o di altro territorio, d'intesa con la Commissione Formazione Quadri Nazionale.
  - Per la qualifica di *Istruttore di II Livello*, il soggetto preposto è la Commissione Formazione Quadri Nazionale.
  - Per la qualifica di *Allenatore e Allenatore Nazionale*, il soggetto preposto è la Commissione Formazione Quadri Nazionale.
- 4.2 Per l'acquisizione dei Diplomi di Specializzazione e Corsi di Approfondimento: I Comitati Regionali e la Commissione Formazione Quadri, ognuno in ordine delle proprie necessità, possono essere promotori ed attuatori di specifici corsi di specializzazione e approfondimento.

### **Art.5 - Tesseramento e Ruolo Nazionale dei Tecnici.**

- 5.1 Il tesseramento dei tecnici FITARCO ed il loro inserimento in Ruolo nei livelli previsti dal presente Regolamento è consentito solo a cittadini italiani o degli Stati membri della UE.
- 5.2 Ruolo Nazionale dei Tecnici
- 5.2.1 Il Ruolo dei Tecnici Federali è costituito dall'elenco dei tecnici che hanno conseguito le qualifiche e le specializzazioni di cui all'Art.2. Esso è conservato dalla Segreteria federale e verificato dalla CFQ. I Comitati Regionali sono obbligati a tenere un elenco dei tecnici licenziati nei corsi e nelle specializzazioni da essi promossi.
- 5.2.2 L'iscrizione nel Ruolo dei Tecnici Federali è un diritto che si ottiene con il conseguimento di una delle qualifiche previste.
- 5.3 Nel Ruolo dei Tecnici sono iscritti:
- a) Tutti i tecnici che svolgono attività federale iscritti all'Albo Nazionale (di cui al successivo art.6)
  - b) I tecnici che non rinnovano l'iscrizione all'Albo Nazionale e/o non accumulano i crediti necessari previsti dai successivi Art. 7 e Art. 8
  - c) I tecnici non più tesserati FITARCO fino al limite stabilito dall'Art.9.2
  - d) I tecnici colpiti da sanzioni disciplinari superiori ad 1 anno e quelli cui sia stato sentenziato il ritiro temporaneo della Tessera federale, a seguito di provvedimento disciplinare, comminati dai competenti Organi di Giustizia Federali.
- 5.4 I Tecnici federali, sono cancellati dal Ruolo:
- a) Per dimissioni volontarie, da inviare per iscritto alla Commissione Formazione Quadri, nell'anno di maturazione della decisione;
  - b) Per radiazione, a causa di gravi motivi disciplinari, decretata dagli Organi di Giustizia Federali;
  - c) Per i motivi previsti dall'Art. 9.2
  - d) La cancellazione dal Ruolo determina anche la cancellazione dall'Albo Nazionale.

## **Art. 6 - Albo Nazionale dei Tecnici**

- 6.1 I tecnici iscritti a Ruolo sono abilitati a svolgere la propria attività solo se iscritti all'Albo Nazionale dei Tecnici Federali.
- 6.2 L'attività federale dei tecnici include, oltre all'esercizio di conoscenze e competenze certificate in corsi e specializzazioni, il godimento dei diritti di elettorato attivo e passivo, la ricezione di pubblicazioni federali, l'ottenimento di rimborsi spese o premi, l'acquisizione di livelli di qualifica superiori, la partecipazione ad iniziative di formazione e aggiornamento, la copertura assicurativa relativamente all'attività svolta, l'ottenimento di crediti da tutte le attività previste da questo Regolamento.
- 6.3 La prima iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici, con emissione della relativa tessera, avviene d'ufficio, al conseguimento della qualifica, ed è gratuita. Se la qualifica è conseguita negli ultimi quattro mesi dell'anno, la prima iscrizione ha validità fino alla fine dell'anno successivo. L'iscrizione, per gli anni seguenti, comporta il pagamento di una quota, il cui ammontare è fissato annualmente dal Consiglio Federale, e l'accumulo di Crediti, come previsto dal successivo articolo 7.
- 6.4 L'iscrizione all'Albo Nazionale ha validità per l'anno sportivo e va rinnovata annualmente.
- 6.5 Ritardi nel pagamento della tassa di iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici Federali, prevedono il versamento di importi maggiorati, secondo quanto stabilito annualmente dal Consiglio Federale.

## **Art. 7 - Il Sistema dei crediti formativi**

- 7.1 L'acquisizione dei crediti consente distintamente:
- a) Il mantenimento della iscrizione nell'Albo Nazionale dei Tecnici, con la conseguente partecipazione all'attività federale.
  - b) Il passaggio del tecnico alla qualifica di livello superiore, secondo le disposizioni dell'articolo 8.1.
- 7.2 Il sistema di crediti formativi, definito nella tabella dei crediti allegata (tab.2) al presente Regolamento di cui è parte integrante, prevede il riconoscimento di crediti, oltre a quelli che maturano con l'acquisizione di ogni livello di qualifica, per esperienze sviluppate:
- Con la pratica di Tecnico di Società;
  - Con la partecipazione ad aggiornamento tecnico e didattico;
  - Con la produzione di articoli, documenti, materiale di ricerca;
  - Per l'attività di allenamento di atleti con elevata qualificazione;
  - Con la formazione universitaria in ambito sportivo;
  - Con l'attività di atleta di alto livello.
- 7.2.1 Su richiesta della CFQ, all'atto dell'iscrizione annuale all'Albo Nazionale dei Tecnici e con la periodicità prevista dall'articolo 8.1 (tab.1) il tecnico aggiornerà il suo curriculum dichiarando il numero di crediti ottenuti e accompagnandolo con la documentazione accertante l'acquisizione degli stessi, secondo modalità definite dalla CFQ medesima.
- 7.2.2 La CFQ, verificata la documentazione, attribuirà i crediti e/o applicherà quanto previsto dal presente Regolamento in caso di mancata o insufficiente documentazione.

**Art. 8 - Albo Nazionale dei Tecnici: crediti necessari per il mantenimento dell'iscrizione e per il passaggio di qualifica.**

8.1 Tutti i Tecnici, al fine di mantenere l'iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici o per frequentare un corso per il passaggio alla qualifica superiore, devono conseguire il numero di crediti nei tempi riportati nella tabella che segue.

tab.1	Istruttori I livello	Istruttori II livello	Allenatori	Allenatori Nazionali	IV Livello Europeo
Anni entro i quali è necessario ottenere i crediti	4	4	4	4	4
n° crediti necessari per mantenere l'iscrizione all'Albo Tecnici	2,5 di cui almeno 0,5 da attività di aggiornamento	3 di cui almeno 1 da attività di aggiornamento	3,5 di cui almeno 1 da attività di aggiornamento	4 di cui almeno 1 da attività di aggiornamento	4 di cui almeno 1 da attività di aggiornamento
n° crediti necessari per l'iscrizione al livello successivo	4	4	quelli previsti dal bando di concorso IV livello		
<b>Crediti SNaQ</b>					
Crediti forniti dai corsi	3+7	4 +16	4 +16	4 +16	10+40
SdS attualmente riconosce	10	20	20	20	50

(per esemplificare, un istruttore di 1° livello, ogni 4 anni deve ottenere almeno 2,5 Crediti formativi per mantenere l'iscrizione all'Albo, mentre se vuole iscriversi al corso di 2° livello deve, nello stesso periodo, accumulare almeno 4 crediti.)

8.2 I Tecnici appartenenti ai gruppi di seguito elencati per poter mantenere la possibilità di rinnovare l'iscrizione all'Albo dei Tecnici federali per il quadriennio successivo dovranno accumulare, in un periodo di 4 anni, 0,5 crediti derivanti da attività di formazione/aggiornamento/approfondimento, indipendentemente dal livello tecnico in loro possesso:

- a) I componenti il Consiglio Federale ed i Presidenti di Comitati e Delegazioni Regionali, qualora iscritti all'Albo Tecnici, per tutto il periodo in cui rimangono in carica
- b) I Tecnici Emeriti

I tesserati ai punti a e b, per poter essere iscritti all'Albo nazionale dei Tecnici, sono comunque tenuti al versamento della quota d'iscrizione all'Albo.

8.3 Parallelamente ai crediti previsti dalla FITARCO e definiti con la Tab.1, il Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ), cui la FITARCO aderisce, attribuisce, dopo l'acquisizione di ciascun livello, un proprio sistema di crediti, necessari per la progressione di carriera ed il riconoscimento europeo del titolo che attualmente è possibile solo con l'acquisizione del IV livello europeo. Lo SNaQ attualmente riconosce i seguenti crediti:

Istruttore di 1° livello	10 cr.
Istruttore di 2° livello	20 cr.
Allenatore	20 cr.
Allenatore Nazionale	20 cr.
IV livello	50 cr.

**Art. 9 - Mancata iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici o mancato conseguimento dei crediti.**

9.1 Il tecnico, tesserato FITARCO, che non rinnova l'iscrizione all'Albo Nazionale dei Tecnici o che, pur iscrivendosi all'Albo Nazionale dei Tecnici, non accumula il numero di crediti necessario, come disposto dall'art. 8, è collocato a Ruolo e la sua riammissione è subordinata a quanto disposto dall'art. 10.

9.2 La permanenza a Ruolo di un Tecnico per un periodo superiore a 4 anni, senza che sia stata richiesta la riammissione all'Albo Nazionale e conclusa la procedura di reinserimento di cui all'Art.10.2, comporta il mancato riconoscimento del livello di qualifica raggiunto e la definitiva

cancellazione dagli elenchi della FITARCO.

- 9.3 In conseguenza di quanto previsto dall'Art. 9.2, il tesserato per essere iscritto nuovamente a Ruolo, dovrà ripetere il corso relativo all'ultimo livello raggiunto o di livello inferiore, essere ammesso agli esami e superarli; il Tecnico sarà poi iscritto all'Albo con la qualifica ottenuta al superamento di quest'ultimo corso.

#### **Art. 10 - Riammissione all'Albo Nazionale dei Tecnici**

- 10.1 Il tecnico, tesserato FITARCO, che si trovi in una delle situazioni elencate nell'Art. 9.1, al fine di essere riammesso all'Albo Nazionale deve presentare domanda di riammissione indirizzata alla CFQ.
- 10.2 La CFQ, valutata la domanda di riammissione, propone un percorso di aggiornamento. Il richiedente dovrà frequentare corsi di aggiornamento, approfondimento o formazione fino a conseguire i punti mancanti al raggiungimento dei crediti necessari a mantenere l'iscrizione all'Albo per il quadriennio precedente. I nuovi crediti così conseguiti, saranno ritenuti validi anche per il quadriennio successivo.
- 10.3 Portato a termine il percorso proposto dalla CFQ e versata la tassa di riammissione all'Albo Tecnici che prevede oltre alla quota d'iscrizione all'Albo anche una soprattassa, entrambe stabilite annualmente dal Consiglio Federale, il Tecnico, per avere il benessere al reinserimento, dovrà inviare alla Commissione Formazione Quadri la documentazione comprovante l'effettuazione del percorso unitamente alla copia del pagamento.

#### **Art.11 - Requisiti per l'accesso ai Corsi di Qualifica**

- 11.1 I requisiti generali per l'accesso ai corsi sono:
- essere nell'anno del compimento del 18° anno di età, fermo restando l'inserimento nei rispettivi albi e l'esercizio effettivo dell'attività di tecnico non prima di aver compiuto 18 anni
  - aver conseguito il Diploma di Scuola secondaria di primo grado (già Scuola Media Inferiore)
  - essere tesserati FITARCO per almeno 24 mesi anche non consecutivi;
  - aver svolto attività agonistica, intendendosi per tale aver partecipato e portato a termine almeno 10 gare di Calendario federale negli otto anni antecedenti la data d'inizio del Corso
  - aver superato l'esame del Corso Tecnico di Base organizzato dal Comitato Regionale, previsto dall'art. 1.1 delle disposizioni generali del Regolamento Attuativo dei Corsi per Istruttori e Allenatori.
- 11.2 In particolare, per accedere ai Corsi per il conseguimento della qualifica di:
- Istruttore di I Livello: valgono i punti a, b, c, d, e del paragrafo precedente.
  - Istruttore di II Livello: vi è l'obbligo di essere in possesso del Diploma di Scuola secondaria superiore (già scuola media superiore), di essere iscritti all'Albo Nazionale dei Tecnici con la qualifica di istruttore di I livello da almeno 18 mesi consecutivi e di aver accumulato, con la qualifica di Istruttore di I Livello i crediti previsti all'Art. 8.1, nei quattro anni precedenti la data di inizio del corso.
  - Allenatore: vi è l'obbligo di essere in possesso del Diploma di Scuola secondaria superiore (già scuola media superiore), di essere iscritti all'Albo Nazionale dei Tecnici con la qualifica di istruttore di II livello da almeno 24 mesi consecutivi e di aver accumulato con la qualifica di Istruttore di II Livello i crediti previsti all'art. 8.1, nei quattro anni precedenti la data di inizio del corso
  - Allenatore Nazionale: vi è l'obbligo di essere in possesso del Diploma di Scuola secondaria superiore (già scuola media superiore). Possono accedere al Corso tutti i tecnici, pur non in possesso dei requisiti previsti dall'Art.11.1, regolarmente iscritti all'Albo Nazionale dei Tecnici, che ne facciano domanda alla CFQ, che abbiano avuto l'incarico dalla FITARCO della gestione tecnica e/o organizzativa degli atleti appartenenti alle Squadre della Nazionale negli ultimi 2 Quadrienni Olimpici, per un periodo di almeno 4 anni, anche non consecutivi, e abbiano partecipato ad almeno 10 convocazioni a Raduni Tecnici e gare internazionali in rappresentanza dell'Italia.
- I tecnici che hanno acquisito la qualifica di Istruttore prima del 31.05.2013, al fine di accedere ad un corso per l'acquisizione della qualifica superiore dovranno obbligatoriamente partecipare, con esito positivo, ad un Corso di Aggiornamento in Metodologia dell'Allenamento ed a un Corso di Aggiornamento in Metodologia dell'Insegnamento rivolti al livello di qualifica Tecnica in possesso. In alternativa, per gli Istruttori di I livello, vale anche aver acquisito la Specializzazione Giovanile dopo il 01.01.2014.
- 11.3 Atleti che abbiano partecipato ai Giochi Olimpici o Giochi Paralimpici, possono accedere al corso per l'acquisizione della qualifica di Allenatore e ai relativi esami. Possono altresì accedervi Atleti che abbiano partecipato, negli 8 anni precedenti l'inizio del Corso, a Campionati Mondiali o Europei nelle

discipline Tiro alla Targa e Tiro di Campagna esclusivamente nelle divisioni Arco Olimpico, Arco Compound e Arco Nudo, ai Giochi del Mediterraneo, agli European Games ed ai World Games. Ai fini dell'accesso al Corso è valevole anche la partecipazione agli Eventi sopra citati nelle classi giovanili purchè l'Atleta, al momento della partecipazione, abbia compiuto il 18° anno di età. Per poter accedere a Corso i tesserati dovranno comunque essere in possesso dei requisiti previsti dall'Art.11.1 punto a) e del Diploma di Scuola secondaria superiore (già scuola media superiore). L'eventuale mancato superamento dell'esame non fornisce alcun diritto d'acquisizione delle qualifiche inferiori.

11.4 Atleti che si siano classificati, negli 8 anni precedenti l'inizio del Corso, ai primi tre posti individuali assoluti o di classe, nelle classi Senior o Master, ai Campioni Italiani nelle discipline Tiro alla Targa e Tiro di Campagna esclusivamente nelle divisioni Arco Olimpico, Arco Compound e Arco Nudo, possono accedere al corso per l'acquisizione della qualifica di Istruttore II livello ed ai relativi esami fermo restando il possesso dei requisiti previsti dall'Art.11.1 punti a), c), Diploma di Scuola secondaria superiore (già scuola media superiore), L'eventuale mancato superamento dell'esame non fornisce alcun diritto d'acquisizione delle qualifiche inferiori.

11.5 Atleti che si siano classificati, negli 8 anni precedenti l'inizio del Corso, ai primi tre posti individuali assoluti o di classe, nelle classi Senior o Master, ai Campioni Regionali nelle discipline Tiro alla Targa e Tiro di Campagna esclusivamente nelle divisioni Arco Olimpico, Arco Compound e Arco Nudo, possono accedere al corso per l'acquisizione della qualifica di Istruttore I livello ed ai relativi esami fermo restando il possesso dei requisiti previsti dall'Art.11.1 punti a), b), c), d).

#### **Art.12 - Riconoscimento delle qualifiche rilasciate da altre Federazioni**

12.1 Salvo diversa disposizione del Consiglio Federale, i diplomi rilasciati o riconosciuti da altre Federazioni di Tiro con l'Arco riconosciute dalla World Archery, non danno diritto all'automatica acquisizione della qualifica di Tecnico FITARCO.

12.2 È compito della Commissione Formazione Quadri FITARCO valutare l'assegnazione della qualifica di Tecnico, riscontrata come equivalente tra quelle previste dal presente Regolamento, in base alla presentazione del piano di studi effettuato, degli esami sostenuti e del "curriculum" operativo del candidato. Effettuato il riscontro la CFQ presenterà al Consiglio Federale, con atto motivato, la proposta di collocamento in una delle qualifiche tecniche e d'iscrizione nell'Albo Nazionale, per la necessaria presa d'atto.

#### **Art.13 - Programmi dei corsi**

I programmi e la durata dei corsi per il conseguimento delle specifiche qualifiche sono stabiliti dal Regolamento Attuativo dei Corsi per Istruttori e Allenatori, redatto dalla Commissione Formazione Quadri, approvato dal Consiglio Federale e allegato al presente Regolamento. Tali programmi sono resi disponibili a tutti i tesserati, accompagnati dall'elenco dei testi di studio.

I programmi didattici dei Corsi di specializzazione e di approfondimento sono definiti dalla CFQ tramite il documento "Linee guida per l'organizzazione del Corso Tecnico di Base, Seminari di aggiornamento, Corsi di approfondimento/specializzazione" allegato al presente regolamento.

#### **Art.14 - Frequenza ai corsi**

Per l'ammissione agli esami per il conseguimento delle varie qualifiche o specializzazioni la frequenza ai corsi deve essere, come minimo, pari al 80% delle ore previste dal programma di studio.

Una frequenza inferiore al minimo fa perdere al tesserato il diritto di presentarsi agli esami e lo obbliga ad una nuova iscrizione.

#### **Art.15 - Mancato superamento degli esami**

15.1 Corso Istruttori I livello: nel caso di mancato superamento degli esami di fine corso o di rinuncia, con attestata impossibilità a parteciparvi, il candidato può chiedere di sostenere nuovamente la prova d'esame in un corso successivo, indetto dal proprio o da altri Comitati Regionali. In caso di ulteriore esito negativo, interviene l'obbligo di frequenza di un successivo corso corrispondente e il superamento del relativo esame.

15.2 Corso Istruttori II livello e Corso Allenatori:

a) nel caso di mancato superamento degli esami di fine corso o di rinuncia, con attestata impossibilità a parteciparvi, il candidato può chiedere di sostenere nuovamente la prova d'esame in occasione del corso successivo. La prova d'esame dovrà essere superata con esito positivo (non verrà applicato quanto previsto dall'Art.15.2 b).

In caso di ulteriore esito negativo, interviene l'obbligo di frequenza di un successivo corso corrispondente e il superamento del relativo esame.

b) Qualora il candidato non abbia superato il 60% della valutazione generale e risultati non sufficiente al massimo in tre materie, può essere rimandato e sostenere l'esame delle materie in cui non è



risultato idoneo nella seduta d'esame del primo corso utile di pari livello. Il candidato dovrà sostenere sia l'esame scritto, sia l'esame orale della/e materia/e da recuperare. In caso di ulteriore esito negativo, anche solo in una materia, il candidato risulterà non idoneo ad ottenere la qualifica ed interviene l'obbligo di frequenza di un successivo corso corrispondente e il superamento del relativo esame.

#### **Art.16 - Corsi di aggiornamento**

La Commissione Formazione Quadri FITARCO provvede a fissare le regole per l'organizzazione e l'attuazione di corsi di aggiornamento per le varie qualifiche o specializzazioni, di cui all'Art.2.

Ai corsi di aggiornamento organizzati a livello Nazionale e a quelli organizzati a livello Regionale potranno partecipare solo i Tecnici regolarmente iscritti all'Albo Nazionale e i Tecnici iscritti a Ruolo che stanno seguendo il percorso di reintegro all'Albo Tecnici.

#### **Art.17 - Docenti**

- 17.1 I corsi di formazione per Tecnici federali sono tenuti dai docenti iscritti all'Albo Docenti Federali con competenze specifiche relative a tutte le aree d'intervento previste per le diverse tipologie di corsi.
- 17.2 Le discipline di Metodologia dell'Insegnamento e Metodologia dell'Allenamento devono essere affidate esclusivamente al gruppo di Docenti FITARCO con specifica formazione solo in assenza di tali docenti, in subordine, si può ricorrere ai Docenti della Scuola dello Sport.
- 17.3 Per lo svolgimento di materie specifiche, la FITARCO può avvalersi di Docenti specializzati della Scuola dello Sport o di esperti scelti anche al di fuori dell'ambito federale.
- 17.4 Del gruppo Docenti FITARCO fanno parte di diritto i Tecnici delle Squadre Nazionali, a norma dell'art. 4.4 del Regolamento Docenti.
- 17.5 Per l'inserimento nell' Albo Docenti Federali si fa riferimento all'apposito Regolamento Docenti Federali.

#### **Art. 18 - Specializzazione "Tecnico Giovanile"**

Vengono riconosciuti come Tecnici con Specializzazione Giovanile gli Istruttori e Allenatori che siano risultati idonei a seguito della partecipazione a specifici corsi di specializzazione per Tecnico Giovanile previsti dal presente Regolamento.

La qualifica di Tecnico con Specializzazione Giovanile è inoltre attribuita ad Istruttori e Allenatori Federali iscritti all'Albo, in possesso del Diploma ISEF o della Laurea in Scienze Motorie, che ne facciano richiesta.

#### **Art. 19 - Specializzazione "Tecnico per Arcieri Paralimpici"**

Vengono riconosciuti come Tecnici con Specializzazione per Arcieri Paralimpici gli Istruttori e Allenatori che siano risultati idonei a seguito della partecipazione a specifici corsi di specializzazione per Tecnico per Arcieri Paralimpici previsti dal presente Regolamento.

#### **Art. 20 - Entrata in vigore del Regolamento**

Il presente Regolamento entra in vigore a partire dal 1° gennaio 2023

#### **Disposizione transitoria**

Con l'entrata in vigore di questo Regolamento viene mantenuto il riconoscimento della frequenza del Corso di Preformazione, in vigore dal 2013 al 2022, come requisito per l'accesso al Corso Istruttori I livello in alternativa al superamento dell'esame del Corso Tecnico di Base (Rif.Art.11.1.d).

L'efficacia della disposizione transitoria cesserà il 31/12/2024.

Tab.2

**ATTIVITÀ PER LE QUALI SONO RICONOSCIUTI CREDITI  
ATTIVITÀ TECNICA**

Cod	Credito	Attività	Accertamento	Accumulo crediti
A1	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta partecipante al trofeo Pinocchio (1)	Acquisizione automatica	annuale
A1.1	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta partecipante al trofeo CONI (1)	Acquisizione automatica	annuale
A2	0,5	Attività di formazione di almeno 5 nuovi tesserati (2)	Acquisizione automatica	ogni 5 nuovi tesserati
A2.1	0,5	Attività di formazione di almeno 1 nuovo tesserato con disabilità	Acquisizione automatica	ogni nuovo tesserato disabile
A3	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta classificato nel primo 50% nei Campionati Regionali di classe individuali o nel primo 50% Campionati Nazionali Open (3) - fino al 31.12.2017	Acquisizione automatica	Annuale
A3.1	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta classificato nel primo 50% nei Campionati Regionali Tiro di Campagna e 3D di classe individuali o nel primo 50% Campionati Nazionali Open (3) - dal 01.01.2018	Acquisizione automatica	Annuale
A3.2	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta classificato nel primo 50% nei Campionati Regionali Tiro alla Targa all'aperto e al chiuso di classe individuali (3) - dal 01.01.2018	Acquisizione automatica	Annuale
A4	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta partecipante alla coppa delle Regioni	Acquisizione automatica	annuale
A5	1	Attività di allenamento con almeno 1 atleta nei Gruppi Nazionali (4)	Certificazione CFQ	annuale
A6	0,5	Attività di allenamento con almeno 1 atleta partecipante ai Campionati Nazionali non Open (6)	Acquisizione automatica	annuale
A7	0,5	Attività di atleta (solo per atleti dei Gruppi Nazionali) (7)	Certificazione CFQ	annuale
A8	0,1	Partecipazione come tecnico personale a Raduni Tecnici convocati dai Comitati Regionali, o a incontri Tecnici Giovanili decentrati convocati dalla FITARCO (8)	Relazione/attestazione del responsabile del Comitato Regionale del Raduno	Ogni raduno
A9	1	Partecipazione come Tecnico personale a Raduni Tecnici Nazionali (9)	Relazione/attestazione del responsabile Nazionale del Raduno	annuale
A10	1,5	Tecnico Squadra Nazionale	Attestazione Fitarco	annuale
A11	1	Tecnico Squadra Regionale	Attestazione Comitato Regionale	annuale
A12	0,1 ****	Partecipazione come Tecnico ad attività promozionale (13)	Attestazione Comitato Regionale	Ogni evento
A12.1	0,1 ****	Partecipazione come Tecnico ai Progetti Scuola Federali (14)	Attestazione FITARCO	Ogni evento
A13	0,1	Attività di allenamento di un nuovo tesserato che partecipa alle prime due gare di calendario	Acquisizione automatica	Ogni nuovo tesserato atleta

## ATTIVITÀ DI DOCUMENTAZIONE E RICERCA

Cod.	Credito	Attività	Organizzazione	Certificazione
B1	Max 0,4 per anno *	Elaborazione articoli, documenti, studi tecnici (10)	Solo su Arcieri, Arco, Fitarcotecnici in rete. Pubblicazione a stampa o in forma digitale, a circolazione nazionale o internazionale.	Autocertificazione
B2	Da 0,2 a 0,5 per Seminario **	Partecipazione a seminari di aggiornamento regionali per tecnici e docenti.	Organizzati dai Comitati Regionali e/o dalle Scuole Regionali dello Sport (Coni) e rientranti nel Piano di Formazione nazionale.	Attestazione CR o invio attestazione SRdS.
B3	Da 0,1 a 1 per Seminario **	Partecipazione a seminari di aggiornamento nazionale, per tecnici e docenti.	Organizzati dalla CFQ e/o dalla Scuola Dello Sport Nazionale (Coni) e rientranti nel Piano di Formazione nazionale	Attestazione CFQ o invio attestazione SdS
B4	0,2 e multipli** Max 2 per quadriennio	Partecipazione a seminari di aggiornamento regionale o nazionale, per tecnici e docenti.	Organizzati da Organismi o Associazioni diverse dalle precedenti, e rientranti nel Piano di Formazione nazionale. Programma e contenuti approvati dalla CFQ.	Invio attestazione di partecipazione rilasciata dall'organizzatore
B5	Max 1 per Seminario ***	Partecipazione come relatore a seminari d'Aggiornamento (B2), Approfondimento e Specializzazione o indetti dalla SdS regionale (solo quelli certificati CFQ)	Organizzati dai Comitati Regionali e/o dalle Scuole Regionali dello Sport (Coni) e rientranti nel Piano di Formazione nazionale.	Attestazione CR o SRdS
B6	Max 1,5 Per Seminario ***	Partecipazione come relatore a seminari d'Aggiornamento (B3) Approfondimento e Specializzazione o indetti dalla SdS Nazionale.	Organizzati dalla CFQ e/o dalla Scuola Dello Sport Nazionale (Coni) e rientranti nel Piano di Formazione nazionale	Attestazione CFQ o SdS Nazionale
B7	Corso I livello ***	Partecipazione come docente a corsi di formazione regionali	Organizzati dai Comitati Regionali e rientranti nel piano di Formazione nazionale	Attestazione CR
B8	Corso II livello e Allenatori ***	Partecipazione come docente a corsi di formazione regionali e nazionali	Organizzati dai Comitati regionali o dalla CFQ, rientranti nel Piano di Formazione nazionale	Attestazione CR o CFQ
B9	Da 0,2 a 0,4	Partecipazione come Docente a corsi di formazione cogestiti con Università o Scuole Secondarie di 1° e 2° grado (11)	Solo dopo stipula di convenzioni che rispettino le disposizioni federali	Accertamento CFQ
B10	0,2 crediti ogni 8 ore	Partecipazione come Responsabile a Corsi e Seminari di formazione/ aggiornamento/ approfondimento (12)	Organizzati dai Comitati regionali o dalla CFQ, rientranti nel Piano di Formazione	Attestazione CR o CFQ

## FORMAZIONE

C1	1	Laurea in scienze motorie, Diploma ISEF, Laurea in Medicina dello Sport	Autocertificazione	non ripetibile
C2	1	Corsi di specializzazione o di approfondimento	Certificazione del Comitato Regionale o CFQ	ogni corso
C4	2	Acquisizione del Diploma di Istruttore di 1° Livello	Certificazione del Comitato Regionale.	non ripetibile
C5	2	Acquisizione del Diploma di Istruttore di 2° Livello	Certificazione CFQ	non ripetibile
C6	2	Acquisizione del Diploma di Allenatore	Certificazione CFQ	non ripetibile
C6.1	2	Acquisizione del Diploma di Allenatore Nazionale	Certificazione CFQ	Non ripetibile
C7	2	Acquisizione del IV livello europeo SdS CONI	Certificazione CONI	non ripetibile

In fase di nuovo tesseramento, sarà obbligatorio effettuare l'abbinamento Tecnico/Atleta corso base. L'abbinamento non potrà essere modificato fino al momento in cui il nuovo tesserato non avrà preso parte a 2 gare di calendario e solo successivamente sarà possibile effettuare modifiche all'abbinamento Tecnico/Atleta.

I crediti verranno attribuiti al Tecnico solo a seguito della reciproca accettazione dell'abbinamento Tecnico-Atleta. La mancata accettazione da parte di una delle parti non dà diritto all'eventuale acquisizione di crediti. (Rif.Circolare n.43/2013)

Qualora una delle parti sciolga l'abbinamento, lo stesso non può essere rieffettuato con i medesimi attori nel corso dello stesso anno.

## Le presenti note sono parte integrante la Tabella n.2

1. Per il Trofeo Pinocchio sono valide sia le partecipazioni alle fasi Regionali estive che invernali e le fasi Nazionali estive. Per il Trofeo CONI sono valide sia le partecipazioni alle fasi Regionali che alle fasi Nazionali
  2. L'assegnazione del tecnico ai nuovi tesserati è effettuata dalla Società
  3. Per classifica si intende quella individuale di classe, ma conteggiando (per eccesso) solo il 50% dei classificati. Analogo criterio è riservato per i classificati ai Campionati Italiani Open. Per Campionato Italiano Open si intende quello la cui partecipazione non è subordinata al superamento di un minimo di punteggio
  4. Per Gruppo Nazionale si intende solo quello che compare annualmente nell'elenco degli aventi diritto, indipendentemente dall' accettazione
  6. Si intende la partecipazione (la presenza in gara) di almeno un atleta alla Coppa Italia Centri Giovanili ed ai Campionati Italiani la cui partecipazione è subordinata al superamento di un minimo di punteggio.
  7. Il credito è attribuito all'atleta della Nazionale Italiana, iscritto all'Albo come Tecnico, che partecipi a competizioni internazionali in rappresentanza delle Squadre Nazionali.
  8. Il credito è riservato solo al tecnico personale dell'atleta che compare nell'invito ufficiale al raduno della Regione o della Nazionale. Il modulo per l'attribuzione del credito deve essere inviato alla CFQ entro 30 giorni dall'effettuazione del Raduno
  9. Il credito è riservato solo al tecnico personale dell'atleta che compare nell'invito ufficiale al raduno della Nazionale.
  10. Articoli, documenti, studi che trattano argomenti tecnici, per cui si escludono ad. es resoconti di gare, interviste ad atleti ecc...
  11. Sono attribuiti crediti ai tecnici impiegati in attività di formazione e tirocinio con le Università che abbiano stipulato specifiche convenzioni con la Fitarco. L'entità dei crediti è definita in modo insindacabile dalla Fitarco al momento della stipulazione della convenzione o di un suo rinnovo, valutati i contenuti e le ore di formazione, la quantità delle ore di tirocinio e il numero di tecnici impiegati. Sono concessi crediti ai tecnici impiegati in attività di formazione e tirocinio con gli Istituti scolastici che abbiano stipulato specifiche convenzioni con le società Fitarco locali e che prevedano un impegno teorico e pratico non inferiore alle 20 ore all'anno. La CFQ, valutata la convenzione, controfirmata dal Dirigente della Scuola, nei suoi contenuti, nella quantità delle ore di formazione e di tirocinio e il numero di tecnici impiegati, definirà in modo insindacabile l'entità dei crediti
  12. Il Presidente del Comitato Regionale dove si svolge l'attività di formazione, ai fini del riconoscimento dei crediti, certificherà alla Segreteria della CFQ l'elenco dei tecnici, comprendente nome, ore di "vigilanza" effettivamente svolte durante i corsi. La documentazione deve essere inviata al termine del Corso
  13. Sono attribuiti crediti ai Tecnici impiegati in attività di promozione e diffusione del Tiro con l'Arco promosse ed organizzate dal Comitato Regionale territorialmente competente. Il Presidente del Comitato dove si svolge l'attività promozionale certificherà alla Segreteria della CFQ l'elenco dei tecnici effettivamente partecipanti. La documentazione deve essere inviata entro 30 giorni dal termine dell'iniziativa.
  14. Sono attribuiti crediti ai Tecnici impiegati in attività di promozione e diffusione del Tiro con l'Arco promosse ed organizzate dalla Fitarco. Gli uffici federali competenti certificheranno alla Segreteria della CFQ l'elenco dei tecnici effettivamente partecipanti.
- \* Ad ogni elaborazione scritta è attribuito il credito di 0,2 fino ad un massimo di 1 credito in un periodo di 4 anni consecutivi (quadriennio).
- \*\* La CFQ, dopo aver esaminato e accettato la domanda d'inserimento nel Piano di Formazione, delibera da un minimo di 0,2 fino al massimo riportato in tabella il credito da attribuire, valutato in modo insindacabile il programma del seminario/corso e l'aderenza alle disposizioni federali in merito.
- \*\*\* I crediti sono distribuiti per disciplina secondo il seguente criterio: 0,1 credito per ogni ora di insegnamento, con l'eccezione di "aspetti istituzionali" che non dà diritto a crediti.
- \*\*\*\* Al tecnico impiegato in attività di promozione vengono attribuiti 0,1 crediti per evento, fino a un massimo di 1 credito per quadriennio.

## Raduni tecnici Regionali - partecipazione dei tecnici personali

Il nuovo regolamento dei tecnici FITARCO prevede che siano attribuiti crediti ai Tecnici personali degli atleti in occasione della partecipazione dei tecnici ai raduni organizzati dal Comitato regionale. Naturalmente il lavoro dei tecnici regionali non può essere distratto dalla presenza dei tecnici personali, al punto di prevedere per loro spazi e momenti di formazione specifica. Nel normale rapporto che deve intercorrere tra tecnici regionali e tecnici personali passano tuttavia analisi, informazioni, conoscenze, programmi e metodi di lavoro che coinvolgono entrambi i partecipanti. Il tecnico regionale, responsabile del raduno, avrà perciò solo il compito di compilare a fine raduno un facile questionario, in parte prestampato, in cui metterà in rilievo il tipo di presenza (compartecipata, interessata o meno) al lavoro svolto dal tecnico personale durante l'attività svolta nel corso del raduno.

**Alla fine di tutti i raduni** programmati dal Comitato regionale nel corso dell'anno, dalla somma delle rilevazioni fatte dal tecnico responsabile (e dai suoi collaboratori) rileverà un quadro generale per singola partecipazione.

Il Tecnico regionale responsabile del Raduno invierà una copia della valutazione ai tecnici partecipanti ed alla CFQ per l'attribuzione dei crediti.

### Non forniranno crediti:

- una partecipazione poco interessata e poco collaborativa (vedi modello);

Il modello seguente, in vigore dal 1° gennaio 2017, serve a rilevare, in occasione di ogni incontro regionale, il comportamento dei tecnici personali, da parte del Responsabile tecnico del Raduno e dei suoi collaboratori. I raduni non devono prevedere necessariamente tutti i contenuti previsti nella scheda, che invece può essere modificata aggiungendo attività non previste.

Al fine di rendere più chiara la procedura per l'attribuzione dei crediti ai Tecnici che partecipano ai Raduni Regionali, si riporta di seguito l'iter da seguire:

1. inviare alla FITARCO la copia della convocazione che dovrà contenere:

- i nomi dei Tecnici regionali, designati dal Comitato per la gestione del Raduno, effettivamente operanti e presenti all'incontro
- Per ogni singolo atleta, il nome del relativo Tecnico personale invitato e che collaborerà attivamente con i Tecnici regionali nel corso dell'incontro

2. **Entro 30 giorni** dal termine del Raduno il Comitato dovrà inviare la "certificazione della partecipazione del tecnico personale ai raduni del Comitato Regionale"

Rammentiamo inoltre che non verranno attribuiti crediti:

- a Tecnici che non appariranno nella convocazione ufficiale del Comitato
- a Tecnici che non siano abbinati, attraverso la procedura di abbinamento tecnico/atleta, al corrispondente atleta convocato al raduno

## Certificazione partecipazione tecnico personale ai raduni del Comitato Regionale.

Tecnico regionale responsabile del raduno:

**RADUNO DI \_\_\_\_\_ DEL / /**

Contenuti del raduno	Ore
1. Riunione preliminare con definizione obiettivi del raduno	
2. Fasi di riscaldamento generale e specifico	
3. Osservazione dell'atleta	
4. Analisi con uso di video registrazioni	
5. Lavoro tecnico specifico (es. correzione del gesto)	
6. Esercitazioni tecniche (es. continuità/fluidità del gesto tecnico)	
7. Attività di preparazione fisica	
8. Lavoro posturale specifico	
9. Lavoro sui materiali	
10. Test di valutazione (es. gara/scontri)	
11. Defaticamento finale	
12. Riunione finale per la definizione, in collaborazione, dei programmi per il prossimo raduno	
13. Altro (da specificare)	

(\*) **Siglare con le lettere:** A = partecipazione attiva/interessata/collaborativa; B = partecipazione passiva/indifferenza; C = di disturbo/ poco collaborativa

Atleta	Società	Tecnico Personale	Presenza	Valut.

Tecnici Regionali	Società	Presenza

Data

Firma del tecnico responsabile del raduno

# REGOLAMENTO ATTUATIVO DEI CORSI PER ISTRUTTORI e ALLENATORI

## PARTE I Disposizioni generali

### SEZIONE 1 Corso Tecnico di Base, Corso Istruttori I livello

- Art.1 - Disposizioni generali per l'istituzione di corsi per la formazione di istruttori di I livello - Piano Nazionale dei Corsi**
- 1.1 I Comitati Regionali, a norma dell'Art.1.4 del Regolamento dei Tecnici Federali (RTF), predispongono annualmente, in collaborazione con la Commissione Formazione Quadri Tecnici e Dirigenziali (CFQ), un Piano Nazionale di Corsi per Istruttori, di attività d'aggiornamento e di altre attività attinenti la formazione, tra le quali la realizzazione dei Corsi Tecnico di Base. Il Piano Nazionale dei Corsi e degli Aggiornamenti deve essere adattato in modo da non sovrapporre l'attività di regioni limitrofe o quelle promosse dalla CFQ.
- 1.2 I corsi sono tenuti preferibilmente con un numero di partecipanti non inferiore a 10; comunque non saranno consentiti corsi con più di 30 iscritti.
- 1.3 I Corsi devono svolgersi secondo programmi e modalità definite dalla CFQeD Nazionale
- Art.2 - Soggetti organizzatori**
- 2.1 Ogni Comitato Regionale singolarmente o, eventualmente, in collaborazione con altri Comitati, con cui coordina l'iniziativa, può istituire Corsi Tecnico di Base e di formazione per Istruttori, in relazione alle necessità di sviluppo del proprio Settore Tecnico.
- Art.3 - Modalità organizzative**
- 3.1 Il Comitato Regionale organizzatore, contestualmente alla delibera d'istituzione del corso, nomina un Responsabile del corso che risponde sul piano organizzativo e regolamentare alla Federazione (Comitato, CFQ e Uffici preposti a vigilanza e controllo) degli esiti di detto corso. Il Responsabile non può prender parte al Corso né come discente, né come docente.
- 3.1.1 In caso di sopravvenuta impossibilità del Responsabile del Corso ad essere presente, può essere nominato un secondo Responsabile purché risponda ai requisiti previsti dall'Art.3.1
- 3.2 Il Comitato Regionale organizzatore per ottenere l'autorizzazione preventiva all'effettuazione del corso da parte della CFQ, deve chiedere alla stessa la pubblicazione sul calendario federale ufficiale dei corsi, inviando una richiesta completa dei seguenti elementi:
- Luogo e date** d'effettuazione del corso e degli esami. Sede/i (aule/ impianti sportivi).
  - Crediti assegnati**
  - Il **nome del Responsabile** del corso, del suo eventuale sostituto, e i rispettivi recapiti postali, telefonici ed elettronici.
  - Programmi (solo se si apportano variazioni al piano di studi definito dal presente Regolamento)
  - La quota di partecipazione e che cosa comprende (es materiale didattico, pranzo, caffè ecc...)
  - Dove e come ci si deve iscrivere
  - Per l'istituzione del Corso Tecnico di Base vanno definite le date delle lezioni, il luogo di svolgimento (aula/impianto sportivo) e sede d'esame.
- Ottenuta la pubblicazione sul calendario federale Ufficiale, nell'apposita sezione del sito FITARCO, il corso si intende approvato.
- 3.3 Il Comitato Regionale, tramite il Responsabile del corso, provvede ad un coordinamento preventivo tra tutti i docenti del corso, con lo scopo di decidere concordemente le linee più idonee per la miglior riuscita dello stesso, sul piano didattico e organizzativo. Al fine di ottimizzare tempi e costi è possibile coordinare i docenti in una riunione da svolgere online. In particolare, i docenti, confrontando i rispettivi approcci alle materie, cercheranno, compatibilmente con la propria formazione, la più ampia convergenza di vedute possibile, in modo da non ingenerare confusione nei corsisti tra diversi o contrastanti approcci alle discipline.
- 3.4 Al massimo dieci giorni lavorativi prima dell'effettuazione del corso, il Comitato Regionale trasmette alla CFQ, per tramite della Segreteria tecnica federale:
- I nominativi degli iscritti per verificare il possesso dei requisiti;
  - I nominativi dei Docenti e relative materie impartite.
  - Il programma orario del corso



- 3.5 Entro 15 gg. dalla data di effettuazione degli esami il C.R. organizzatore invia alla CFQ Nazionale l'esito degli stessi con i nominativi degli allievi, idonei e non, e le relative attribuzioni di voto; la CFQ trasmette poi l'elenco al Consiglio Federale per la necessaria presa d'atto. A presa d'atto avvenuta, Il CR trasmetterà esito e voto finale ai singoli corsisti e consegnerà agli abilitati un diploma che certifica la qualifica raggiunta, l'anno di conseguimento, il numero di ore di lezione dell'intero corso e i crediti acquisiti.
- 3.6 Al conseguimento della qualifica, la CFQ iscrive il tesserato di diritto nel Ruolo dei Tecnici FITARCO a norma dell'Art. 5.2.2 del Regolamento dei Tecnici Federali e lo inserisce d'ufficio nell'Albo dei Tecnici Federali a norma dell'Art.6.3 del medesimo Regolamento.
- 3.7 La qualifica ha decorrenza dalla data d'iscrizione degli abilitati nel Ruolo dei Tecnici Federali.
- 3.8 La CFQ ha la facoltà, anche attraverso propri delegati, di assistere ai corsi ed agli esami, preavvertendo il C.R. organizzatore.

#### **Art.4 - Requisiti di ammissione - documentazione**

- 4.1 I requisiti per l'ammissione al corso di Istruttore di I livello sono stabiliti dall'Art.11 del Regolamento Tecnici Federali.
- 4.2 Il requisito per l'accesso al Corso Tecnico di Base è il tesseramento FITARCO
- 4.3 L'iscrizione ai Corsi Tecnico di Base ed ai corsi per l'acquisizione della qualifica di istruttore di I livello deve essere effettuata direttamente al Comitato Regionale. Chi dispone dei requisiti può fare domanda al Comitato organizzatore per l'ammissione al corso, compilando e sottoscrivendo l'apposito modulo.

#### **Art.5 - Docenti - modalità di svolgimento del Corso**

- 5.1 I corsi di formazione e d'aggiornamento per Tecnici federali sono tenuti, per le materie specifiche del Tiro con l'Arco, dai Docenti iscritti all'Albo Docenti Federali con competenze relative alle aree d'intervento previste per le diverse tipologie di corsi.
- 5.2 Le discipline di Metodologia dell'Insegnamento e Metodologia dell'Allenamento devono essere affidate solo al gruppo di Docenti FITARCO con specifica formazione e, solo in assenza di tali docenti, in subordine, si può ricorrere ai Docenti della Scuola dello Sport. Per ciò che riguarda la disciplina di tiro per arcieri disabili, il Docente deve possedere la specifica specializzazione. Per quanto concerne la materia Antidoping, i Docenti sono designati esclusivamente dalla CFQ e sono scelti tra personale medico specializzato o in possesso di accertate competenze sull'argomento. Solo in subordine, ed in accordo con la CFQ, i Comitati possono impiegare personale medico proveniente dalle strutture regionali di CONI in possesso della specifica competenza in seno alla Federazione Nazionale dei Medici Sportivi (FMSI). I Docenti sono in ogni caso tenuti a seguire le linee guida definite dalla CFQ sull'argomento.
- 5.3 Il programma di Regolamenti Federali deve essere svolto da Giudici di Gara in attività in possesso almeno della qualifica Nazionale regolarmente iscritti all'Albo Docenti
- 5.4 Il Project Work si propone come attività laboratoriale all'interno del corso. Consiste in un lavoro progettuale da implementare, su una base guidata, durante tutte le fasi del corso, allo scopo di indurre i corsisti a rielaborare ciò che è stato insegnato a livello teorico, stimolando capacità interpretativa, di analisi critica e soprattutto a sviluppare i collegamenti fra aspetti teorici ed operativi. Lo strumento del Project Work deve essere interdisciplinare stimolando l'allievo ai collegamenti fra le materie di studio. Tenuto conto della tipologia organizzativa del corso di I livello, il Project Work sarà svolto a livello individuale e seguirà le seguenti linee guida:  
*il Project Work (lavoro a progetto) consiste in una "tesina" che, a scelta del presentatore, deve riguardare una delle divisioni oggetto del corso: Ricurvo, Compound, Arco Nudo. Il contenuto della tesina deve essere riferito alla correlazione che le materie di studio Tecnica di tiro, Materiali e messa a punto, hanno con la Metodologia dell'allenamento e la Metodologia dell'insegnamento, e in secondo ordine con le altre materie del corso. L'elaborazione della tesina deve iniziare dopo che sono terminate tutte le lezioni, da cui la stessa tesina trae spunto. Il contenuto della tesina deve essere finalizzato principalmente a far comprendere che sono state acquisite le cognizioni generali necessarie a svolgere a 360 gradi, il compito attribuito all'Istruttore di I livello, compito che va dall'insegnare a tirare le prime frecce ad un neofita, sino all'accompagnamento alle prime gare dello stesso. Il contenuto della tesina, può riguardare solo "una parte" delle ampie nozioni acquisite in tutto il corso, purchè evidenzi l'avvenuta comprensione di come siano correlate nell'insegnamento del tiro con l'arco, le parti Tecniche con le Metodologie. La tesina, di 1-4 pagine, deve essere presentata in una semplice forma descrittiva e, se necessario, può contenere anche eventuali grafici o altro, se utili a rendere più chiaro il contenuto che si vuole esporre.*
- 5.5 I corsi per l'acquisizione delle qualifiche tecniche si articolano secondo i piani di studio definiti dalla CFQ e riportati ai successivi Artt.10, 15, 20 La C.F.Q potrà autorizzare eventuali variazioni, che i C.R. organizzatori faranno pervenire preventivamente e in modo dettagliato con il modulo di indicazione del corso.

- 5.6 La C.F.Q si riserva la facoltà di non accettare variazioni che possano modificare sostanzialmente il piano di studi previsto, o ne estendano la durata introducendo temi e attività poco attinenti alle finalità del presente livello.

## SEZIONE 2

### Disposizioni generali per l'istituzione di corsi per la formazione degli istruttori di II livello e degli allenatori

#### Art.6 - Soggetti organizzatori

I corsi di formazione per istruttori di II livello ed Allenatori sono indetti dalla FITARCO e organizzati dalla Commissione Formazione Quadri Tecnici e Dirigenziali in relazione alle necessità di sviluppo del Settore Tecnico federale.

#### Art.7 - Modalità organizzative

7.1 Almeno 45 gg. prima dell'effettuazione del corso, la CFQ comunica agli Organi federali territoriali ed alle società:

- a) Le date e orari di effettuazione del corso
- b) Numero dei corsisti ammessi
- c) Le sedi (aule e/o impianti sportivi)
- d) Il contributo a carico del corsista

7.2 Entro 7gg. dalla data di effettuazione degli esami la CFQ trasmette l'esito degli stessi con i nominativi degli allievi, idonei e non, e le relative attribuzioni di voto al Consiglio Federale per la necessaria presa d'atto. A presa d'atto avvenuta, la CFQ trasmetterà esito e voto finale ai singoli corsisti e consegnerà agli abilitati un diploma che certifica la qualifica raggiunta, l'anno di conseguimento, il numero di ore di lezione dell'intero corso e i crediti acquisiti. Copia dell'esito sarà trasmessa anche ai Comitati Regionali di provenienza, per la necessaria documentazione.

7.3 Al conseguimento della qualifica, la CFQ iscrive il tesserato di diritto nel Ruolo dei Tecnici FITARCO a norma dell'Art. 5.2.2 del Regolamento dei Tecnici Federali e lo inserisce d'ufficio nell'Albo dei Tecnici federali a norma dell'Art.6.3 del medesimo Regolamento.

7.4 La qualifica ha decorrenza dalla data d'iscrizione degli abilitati nel Ruolo dei Tecnici Federali.

#### Art.8 - Requisiti di ammissione - documentazione

8.1 I requisiti per l'ammissione al Corso per l'acquisizione della qualifica di istruttore II livello ed Allenatore sono stabiliti dall'Art.11 del Regolamento Tecnici Federali. Inoltre è obbligatorio che il tecnico produca un curriculum in cui lo stesso autocertifichi, tra l'altro:

- a) per l'accesso al corso istruttori di II livello: l'attività svolta con la qualifica di I livello;
- b) per l'accesso al corso Allenatori: l'attività svolta e quali atleti ha allenato con la qualifica di II livello.

8.2 Chi dispone dei requisiti richiesti può fare domanda alla CFQ per l'ammissione al corso, per il tramite del Comitato Regionale di appartenenza, compilando e sottoscrivendo l'apposito modulo d'iscrizione in cui saranno riportati i crediti necessari per frequentare il Corso ed il Curriculum.

8.3 La CFQ preso atto della domanda d'iscrizione e valutati curriculum e crediti, ammette il candidato alla frequenza del corso subordinandolo al pagamento della quota d'iscrizione. In caso di un numero di corsisti superiore al previsto, provvederà a forme di selezione, assegnando agli esclusi la priorità nell'iscrizione al/ai corso/i successivo/i.

## PARTE 2

### Corsi per l'acquisizione delle qualifiche tecniche federali

#### SEZIONE 1

#### Corso per l'acquisizione della qualifica di Istruttore di I Livello

##### Art.9 - Profilo, compiti e obiettivi

L'istruttore di I livello si configura come un Tecnico abilitato ad avviare neofiti alla pratica del Tiro con l'arco, a promuovere l'inserimento degli allievi nelle strutture della Società, può fornire assistenza e/o supporto ad altro tecnico e può seguire l'evoluzione tecnica dei nuovi atleti fino alla partecipazione alle prime competizioni.

Le competenze apprese devono consentirgli di:

- a) Insegnare la struttura base del gesto tecnico, seguendone l'evoluzione finché l'allievo riproduca il modello di tiro in modo globalmente corretto.
- b) Programmare un corso d'avviamento alla pratica di tiro con l'arco.
- c) Guidare l'allievo fino al pieno raggiungimento degli obiettivi del corso.
- d) Allestire una sala o un campo per svolgervi le lezioni, con attenzione alla sicurezza degli allievi e di estranei.
- e) Fornire indicazioni agli allievi per l'acquisto di materiali personali e approntare una prima messa a punto.

In particolare, alla fine del corso, l'istruttore di I livello metterà ogni allievo in grado di:

- Eseguire i fondamentali del gesto tecnico, con relativa fluidità ed economicità.
- Riconoscere l'inizio e la fine del gesto tecnico nei suoi parametri spazio - temporali.
- Ripristinare con precisione i riferimenti tattili e visivi del tiro.
- Organizzare adeguatamente la propria sequenza di tiro.
- Affrontare la gara: obiettivo che certifica, riassumendole, le conoscenze e capacità acquisite nel lavoro di preparazione.

##### Art.10 - Piano di studi - Quadro orario

10.1 I corsi per istruttore di I livello prevedono un programma complessivo di 58 ore (di cui 12 in Didattica a Distanza), a cui si aggiungono il tempo necessario per la realizzazione del Project Work e il tempo necessario allo svolgimento degli esami finali, secondo la tabella sotto riportata.

10.2 Le ore in Didattica a Distanza (DaD) devono essere svolte prima dell'inizio delle lezioni in presenza.

10.3 Ore eventualmente aggiunte a quelle previste dovranno essere destinate in particolare allo sviluppo di attività pratiche (esercizi, esercitazioni, simulazioni, lezioni attive da parte dei partecipanti). Il programma è così distribuito:

Istruttore di I livello				
Materie di studio		Lezione teorica in presenza	Lezione in DaD*	Lezione pratica in presenza
Aspetti istituzionali concernenti il settore tecnico			1	
Tecnica di tiro	Ricurvo	6		8
	Compound	6		6
	Nudo	3		3
Materiali e messa a punto	Ricurvo	1		1
	Compound	1		1
	Nudo	1		1
Nozioni elementari di biologia e anatomia applicate all'arco.			2	
Metodologia allenamento		2	2	2
Metodologia insegnamento		2	4	2
Antidoping			1	
Regolamenti			2	
Project Work		Tempo necessario a casa		
<b>Totale (58)</b>		<b>22</b>	<b>12</b>	<b>24</b>
Esami scritti e orali		Tempo necessario in presenza		

\*le lezioni in DaD possono essere svolte anche in modalità "in presenza"

## Art.11 - Modalità di svolgimento delle prove d'esame - Partecipazione - Valutazione

- 11.1 Possono sostenere l'esame solo i corsisti che hanno frequentato non meno dell'80% delle ore dell'intero corso.
- 11.2 Le prove di esame, in presenza, si compongono di una prova scritta, un colloquio orale e dalla presentazione di un Project work. L'esame è completato solo quando le valutazioni delle tre prove sono acquisite dalla Commissione esaminatrice.
- 11.3 Le prove d'esame si svolgeranno da un minimo di 4 settimane dalla fine delle lezioni ad un massimo di 3 mesi dall'inizio delle lezioni. Infine, se la Commissione ritiene di far svolgere le prove scritte alla fine di ogni gruppo omogeneo di unità (esempio alla fine delle lezioni di metodologia dell'insegnamento), e prima dell'inizio di un nuovo gruppo di unità, l'esame non potrà comunque essere predisposto prima di 4 settimane.
- 11.4 La prova scritta si compone di un questionario a risposte chiuse su tutte le materie trattate.
- 11.5 Il colloquio orale è sempre completato da una dimostrazione pratica di tiro a bersaglio con arco scuola. La qualità del gesto tecnico deve essere valutata dalla Commissione con la necessaria serietà; in caso in cui l'esecuzione dei fondamentali di tiro sia scadente e il candidato non sappia giustificare il motivo, la prova orale è senz'altro da considerare negativa.
- 11.6 La somma delle tre valutazioni, pesate come definito in tabella, stabilirà se l'esito dell'esame è positivo o negativo.
- 11.7 Fanno parte della Commissione di valutazione tutti coloro che hanno svolto attività di docenza. Alle prove d'esame è obbligatoria la presenza di almeno due (2) docenti di cui uno (1) di tecnica di tiro e del responsabile designato dal CR.

La tabella seguente riassume le linee essenziali per la conduzione d'esame.

Prove d'esame	Tempi max. di esecuzione della prova.	Peso della prova
Prova scritta: Si compone di un questionario a risposte chiuse così costruito: A) Tecnica di tiro: 15 domande per ogni divisione (45) B) Materiali e messa a punto: 10 domande per tipo di arco (30) C) Metodologia allenamento: 10 domande (10) D) Metodologia insegnamento: 10 domande (10) E) Antidoping: 5 domande (5) F) Regolamenti: 10 domande (10)	Max. 3 ore	30%
Colloquio orale con prova pratica di tiro: La Commissione esaminatrice accerterà che il candidato <ul style="list-style-type: none"><li>Sappia illustrare e giustificare quanto contenuto all'interno del Project Work.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sappia giustificare le risposte fornite nelle prove scritte</li><li>- Sappia descrivere l'intera sequenza di tiro e conosca in modo approfondito i fondamentali tecnici.</li><li>- Sappia individuare i principali errori della tecnica dei fondamentali e suggerire qualche rimedio.</li><li>- Esprima i concetti con sufficiente proprietà di linguaggio.</li><li>- Esegua tiri a bersaglio nel rispetto dei fondamentali di tiro.</li></ul>	Tempo necessario	50%
<b>Project Work:</b> ogni corsista dovrà inviare l'elaborato al responsabile del corso, 10 giorni prima della sessione d'esame in modo che i membri della commissione esaminatrice possano valutarne preventivamente i contenuti. Il corsista inizierà l'esame orale con una presentazione del Project Work rispondendo alle domande della commissione. Il Project Work di ogni singolo corsista, al termine del corso, dovrà essere inviato alla CFQ unitamente alla valutazione d'esame.	Tempo Necessario	20%

## Art.12 - Programma didattico

Quantunque il Corso verta principalmente sull' Arco ricurvo il o i Docenti, nell'affrontare gli aspetti della tecnica di tiro dell'Arco Compound e dell'Arco Nudo, metteranno in evidenza gli elementi di corrispondenza tecnica tra le tre divisioni e quelli che creano discontinuità, in modo da fornire agli Istruttori un livello di competenza sufficiente ad introdurre i futuri allievi anche in queste specialità. Analoga attenzione sarà posta anche nella trattazione dei materiali. A questo proposito, nella fase preparatoria, il Responsabile del corso terrà in debito conto quanto riportato al precedente Art. 3.3

- 12.1 Aspetti istituzionali concernenti il Settore Tecnico
- L'organizzazione FITARCO nazionale e territoriale.
  - Il settore tecnico Centrale e periferico.

- c) Il settore Formazione Quadri Tecnici
- d) Il regolamento dei Tecnici federali e dei Docenti.
- e) Ruolo, Albo dei tecnici e il sistema dei crediti formativi.
- f) Ruolo del tecnico in seno alla società.

## 12.2 Tecnica di Tiro

La suddivisione oraria è pensata in modo che la parte di esercitazione pratica sia pari almeno al 50% dell'intero tempo concesso all'insegnamento di ciascun tipo di arco.

Nella fase pratica il docente coinvolgerà il più possibile i corsisti, facendo provare i fondamentali e alcuni esercizi proposti anche dal testo di riferimento (in bibliografia), aiutandoli a individuare errori di impostazione, scegliere, preparare e mettere a punto il materiale cercando, attraverso continue domande, di mettere in luce problemi, difficoltà di comprensione, fraintendimenti.

Il docente, nell'ambito delle proprie ore e in relazione al livello di comprensione dei corsisti, potrà approfondire maggiormente un tema e meno un altro, senza tuttavia trascurarne alcuno, tenendo in debito conto le domande dei corsisti e il loro livello di conoscenze di base. Nella fase finale di ogni lezione il tema sarà ricapitolato in sintesi fornendo le spiegazioni che ancora si rendessero necessarie.

- a) Le abilità dell'arciere (tema trattato nel cap.1 del testo in adozione)
- b) I passi della sequenza di tiro (tema trattato nel cap.2 del testo in adozione)
- c) L'apprendimento della tecnica di tiro (tema trattato nel cap.7 del testo in adozione)
- d) Esercizi ed esercitazioni per l'acquisizione della tecnica di tiro (tema trattato nel cap.10 del testo in adozione)
- e) Rilevamento e risoluzione dei principali errori esecutivi (tema trattato nel cap.5 del testo in adozione)
- f) Arcieri disabili (tema trattato nel cap.12 del testo in adozione)

## 12.3 Materiali e messa a punto - L'attrezzatura di base per iniziare - criteri generali

Nell'affrontare questo argomento va ribadito che la Società in cui si opera deve disporre di archi e di simulatori di tiro (es. elastici) che consentano agli allievi l'acquisizione del gesto tecnico senza gli impedimenti dovuti a difficoltà di trazione. Indicativamente gli elastici saranno molto morbidi, gli archi preferibilmente lunghi (minimo 66") e con libbraggio da 15# a 25 #. Ciò vale naturalmente qualora la scuola di tiro non sia finalizzata ad una sola tipologia di allievi, come ad esempio solo adulti o solo ragazzi; in tali casi, sempre indicativamente, si doterà la scuola di archi da 15# a 20# per ragazzi e da 20# a 25# per adulti. Il criterio fondamentale di attribuzione sarà legato alla capacità di eseguire correttamente le indicazioni tecniche proposte. Anche i passaggi a libbraggi più elevati sono legati alla corretta acquisizione del lavoro proposto ed alla capacità di eseguire altrettanto correttamente quello successivo. Accanto all' indicazione dei materiali da trattare è suggerito anche un criterio orientativo di scelta o di utilizzo degli stessi.

### 12.3.1 Materiali: scelta - messa a punto - manutenzione

Il presente elenco suggerisce un ordine possibile per affrontare l'argomento.

- a) Quantità e qualità dei materiali.
- b) Descrizione dell'arco - parte Centrale (riser) e Flettenti (limbs).
- c) Scegliere l'altezza dell'arco.
- d) Scegliere il libbraggio dell'arco (misura teorica e misura effettiva).
- e) Scegliere il verso dell'arco (determinazione dell'occhio dominante e cenni di lateralità).
- f) Scelta della corda: materiali - numero di fili - lunghezza - montaggio sull'arco.
- g) La misura del brace-height, significato e variazioni
- h) La determinazione del punto di incocco nella fase preliminare della messa a punto.
- i) Il poggia freccia (rest): tipi, funzione, posizionamento sull'arco.
- j) Il mirino: tipi e funzione. Montaggio.
- k) Gli accessori: descrizione di parabraccio, paradita, dragonne, pettorina, faretra, visette, soucette.
- l) Le frecce: descrizione, tipologia, montaggio delle cocche, delle penne, e delle punte sull'asta, con la determinazione della lunghezza.
- m) L'allungo dell'arciere: determinazione della misura effettiva e di quella di sicurezza.
- n) La scelta della freccia: nozione di "paradosso della freccia" e del grado di flessibilità (spine) della freccia.
- o) Scelta della freccia con l'uso delle tabelle.
- p) Bottone ammortizzatore di pressione: cenni sul funzionamento e la regolazione.
- q) Scheda di dati personali e del materiale per iniziare al tiro.

### 12.3.2 Fasi della messa a punto dell'attrezzatura di base

#### **Fase statica**

- a) Determinazione del brace-height
- b) Posizionamento del rest.
- c) Posizionamento preliminare del punto di incocco.

- d) Posizionamento e allineamento del mirino.
- e) Il posizionamento e regolazione del bottone ammortizzatore e l'allineamento della freccia - corda - arco.
- f) Il posizionamento della visette ed eventualmente degli stabilizzatori.
- g) Registrazione della lunghezza - posizione e sensibilità dello sgancio meccanico.

**Fase dinamica:** in relazione all'abilità dell'allievo

- a) Regolazione del punto di incocco con il metodo dell'asta spennata.
- b) Regolazione del bottone ammortizzatore con il metodo dell'asta spennata.

#### 12.4 Metodologia dell'Insegnamento <sup>1</sup>

Nel delineare i punti sotto esposti, il docente sottolineerà che l'impegno dell'istruttore non si esaurisce nell'organizzazione di corsi, che rappresentano solo una prima fase di formazione e acquisizione di abilità semplici, ma nel far conseguire e consolidare abilità complesse per le quali è richiesto un processo di lunga durata e dunque obbligano il tecnico e la Società ad assistere l'allievo nel tempo, come avviene in tutti gli sport avanzati sul piano organizzativo e didattico, in cui l'allievo è accompagnato dall'istruttore a superare le tappe che lo portano a perfezionare le tecniche fino ad avviarlo all'agonismo vero e proprio. Si può ipotizzare che l'istruttore possa fornire, con l'iscrizione alla Società, un pacchetto di servizi per un intero anno, che comprendano oltre che il corso iniziale, di un certo numero di ore, anche l'assistenza tecnica per almeno due volte alla settimana e per un dato numero di mesi, fino al consolidamento dei fondamentali e un successivo periodo di almeno un giorno alla settimana fino al perfezionamento delle abilità.

##### 12.4.1 Il processo Insegnamento - Apprendimento

(IA Cap.1 e 5; MF Cap.6; GT parte prima; Regolamento Attuativo)

- a) Il profilo e le competenze didattiche del tecnico di primo livello.
- b) L'importanza della metodologia dell'insegnamento nel lavoro del tecnico.
- c) Le capacità motorie e le coordinative con particolare riferimento al tiro con l'arco.
- d) L'elaborazione delle informazioni e l'Apprendimento Motorio - lo stadio verbale cognitivo - lo stadio motorio - lo stadio autonomo.
- e) I principi della Programmazione dell'insegnamento del tiro con l'arco.
  - Gli obiettivi
  - La Presentazione del compito
  - L'individualizzazione
  - La variabilità
  - L'organizzazione
  - La correzione dell'errore

##### 12.4.2 L'organizzazione di un Corso di base (MF Cap.4)

- a) La sicurezza. Il regolamento di sicurezza nei campi di tiro. (MF Cap.3; norme federali relative all'argomento); le responsabilità del tecnico e gli aspetti assicurativi.
- b) Organizzare un corso di tiro per principianti: la proposta di una progressione in dieci 10 passi.
  - L'acquisizione dei fondamentali. (primi 10 passi)
  - il consolidamento dei fondamentali (secondi 10 passi)

#### 12.5 Metodologia dell'Allenamento <sup>2</sup>

##### 12.5.1 Le basi della prestazione

Cenni di:

- a) Introduzione di base al concetto di prestazione.
- b) Le basi fisiologiche del movimento.
- c) Fattori della prestazione sportiva.
- d) Il sistema delle capacità motorie.

##### 12.5.2 Sviluppo motorio e capacità coordinative (GT Parte prima)

Cenni di:

- a) Lo sviluppo motorio. Schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive.
- b) L'elaborazione delle informazioni: gli analizzatori.
- c) Fasi dell'apprendimento delle abilità motorie.
- d) Le capacità coordinative (generali e speciali)
- e) Mezzi e metodi per lo sviluppo degli schemi motori di base (cenni)
- f) Mezzi e metodi per lo sviluppo delle capacità coordinative generali e speciali.

<sup>1</sup> con IA il rimando è al volume "Insegnare per allenare"; con MF il rimando è al "Manuale FITA per istruttori", con GT il rimando è al volume "Guida tecnica CAS", presenti nella bibliografia del corso.

<sup>2</sup> con AA il rimando è al volume "Allenare l'Atleta"; con MF il rimando è al "Manuale FITA per istruttori", con GT il rimando è al volume "Guida tecnica CAS", presenti nella bibliografia del corso

- g) Esercitazioni pratiche per lo sviluppo degli schemi motori di base e delle capacità coordinative
- h) Metodi didattici e coordinazione motoria.
- i) Il riscaldamento e lo stretching. (MF Cap.4)
- 12.5.3 La mobilità articolare
  - a) Definizione della mobilità articolare.
  - b) L'importanza della mobilità articolare.
  - c) L'evoluzione della mobilità per età e sesso.
  - d) Principali metodi di allenamento della mobilità articolare.
  - e) Mezzi di allenamento della mobilità articolare
- 12.5.4 La forza e la velocità-rapidità  
Cenni di:
  - a) Definizione della forza e classificazioni: forza massima, veloce, resistente; forza attiva e reattiva;
  - b) Velocità e rapidità
  - c) Evoluzione della forza
  - d) Preatletismo generale e preatletismo speciale;
- 12.5.5 La resistenza  
Cenni di:
  - a) Definizione generale di resistenza
  - b) Classificazione della resistenza
  - c) Evoluzione dei diversi tipi di resistenza nelle età
- 12.6 Nozioni elementari di biologia e di anatomia applicata al Tiro con l'Arco (Cap. 2, Manuale WA per istruttori, liv. intermedio)  
Cenni di:
  - 12.6.1 Elementi essenziali dell'apparato locomotore:
    - a) Ossa (tipologia: lunghe, brevi, larghe, irregolari)
    - b) Articolazioni (tipologie)
    - c) Muscoli
    - d) La struttura del muscolo scheletrico.
    - e) Meccanica della contrazione muscolare.
    - f) Le azioni muscolari: concentriche, eccentriche, isometriche.
    - g) Tendini
    - h) Legamenti
  - 12.6.2 Nozioni elementari di anatomia
    - a) Struttura scheletrica e muscolare relativa alla fase di posizionamento nel tiro.
    - b) La cintura scapolare:
      - Le ossa: clavicola e scapola
      - I movimenti della cintura scapolare
      - I muscoli impegnati nell'azione della cintura scapolare e la loro funzione
      - Analisi dei muscoli motori della cintura scapolare durante l'azione di tiro
      - Il ruolo dei muscoli fissatori del braccio di trazione (deltoide f. Post. e grande rotondo) e della scapola (romboidi e trapezio medio e basso)
      - Struttura ossea e muscolare del braccio e della mano dell'arco
      - Struttura ossea e muscolare del braccio e della mano della corda
- 12.6.3 Approccio biomeccanico nello studio dell'azione di Tiro con l'Arco
- 12.7 Regolamenti
  - a) Ruolo e funzioni dell'arbitro.
  - b) La visita medica.
  - c) FITARCO Pass.
  - d) Classi - Divisioni - Categorie.
  - e) Tipi di gare; indoor; campagna; outdoor; 3D; Indicando per ognuno bersagli, distanze, tempi esecutivi.
  - f) Interventi in caso di rottura dei materiali e dei rimbalzi.
  - g) La valutazione dei punti sul bersaglio e la compilazione di una tabella segnapunti.
  - h) Materiale consentito e non consentito nelle varie Divisioni.
- 12.8 Antidoping  
Doping e lotta al Doping nella disciplina del Tiro con l'Arco: introduzione al problema, aspetti sanitari ed Etica sportiva, Istituzioni di controllo e procedure obbligatorie

### **Art.13 - Materiale didattico per seguire i corsi e preparare gli esami di Istruttore di I livello**

L'elenco del materiale qui presentato può essere opportunamente integrato con quello che i Docenti riterranno più opportuno e/o più aggiornato. Ai corsisti devono essere forniti i testi indispensabili per poter seguire utilmente il corso.

- 13.1 Manuali obbligatori per seguire il corso e preparare gli esami:
- Manuale WA per istruttori (Primo Livello)
  - DVD Coaches Manual. Il video accompagna il testo MANUALE WA PER ISTRUTTORI (Primo Livello). L'edizione sottotitolata in Italiano è disponibile nel sito FITARCO - FITARCOTecnici in rete.
  - Guida tecnica C.A.S. - di C. Robazza e S. Vettorello —A cura del CONI Divisione Centri Giovanili. Ed. Scuola dello Sport
  - Allenare per vincere - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Antonio La Torre. Ed. Scuola dello Sport
  - Insegnare per allenare - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Claudio Mantovani. Ed. Scuola dello Sport
  - Regolamenti federali (parti necessarie per seguire il punto 12.1 e il punto 12.7)
  - Corso di base - Dieci lezioni per principianti di Filippo Clini. Guida docente e quaderno per allievo. Ed.FITARCO
  - Corso di base - livello intermedio. Dieci lezioni per principianti di Filippo Clini. Guida docente e quaderno per allievo. Ed.FITARCO
  - Tabelle per la scelta delle frecce
- 13.2 Manuali suggeriti:
- Tiro con l'arco, videocassette; vol. 1 e 2. Consulenza tecnica di S. Spigarelli; Ed. Columbia TriStars.
  - Il tiro con l'arco (consigliato per l'impostazione particolarmente didattica) di Haywood e Lewis. Ed. S.S.S-Roma 1995.
  - Insegnare il tiro con l'arco (consigliato per l'impostazione particolarmente didattica) di Haywood e Lewis. Ed. S.S.S-Roma 1995.

## **SEZIONE 2**

### **Corso per l'acquisizione della qualifica di Istruttore di II livello**

#### **Art.14 - Profilo, compiti e obiettivi**

L'Istruttore di II livello si configura come un Tecnico che, oltre ad avviare i neofiti alla pratica del Tiro con l'Arco, è abilitato ad avviare, preparare e ad assistere gli arcieri alla pratica agonistica.

Le competenze apprese devono consentirgli di:

- a) Insegnare a riprodurre il gesto tecnico in modo fluido ed economico, adattandolo allo sviluppo della struttura fisica, delle capacità motorie e mentali del singolo allievo.
- b) Insegnare a trasferire le acquisizioni tecniche in un contesto agonistico.
- c) Perfezionare e consolidare il gesto tecnico dell'atleta, affinché egli possa riprodurlo correttamente, anche in situazioni di gara, difficili o variate.
- d) Assistere l'atleta in gara.
- e) Programmare adeguatamente le attività per conseguire obiettivi tecnici, mentali e fisici, attraverso appropriate metodologie di allenamento e insegnamento.
- f) Scegliere, montare e mettere a punto il materiale per lo svolgimento dell'attività agonistica.

#### **Art.15 - Piano di studi - quadro orario**

- 15.1 I corsi per Istruttore di II livello prevedono un programma complessivo di 63 ore (di cui 4 ore in Didattica a Distanza), a cui si aggiunge il tempo necessario per la realizzazione del Project Work, esami finali a parte, secondo la tabella sotto riportata.
- 15.2 Ore eventualmente aggiunte a quelle previste, dovranno essere destinate in particolare allo sviluppo di attività pratiche (esercizi, esercitazioni, simulazioni, lezioni attive da parte dei partecipanti). Il programma è così distribuito:



Istruttore di II livello			
Materie di studio	Lezione teorica	Lezione in Dad*	Lezione pratica
Tecnica di tiro	Ricurvo	5	6
	Compound	5	6
	Nudo	2	4
Materiali e messa a punto	Ricurvo	1	3
	Compound	1	3
	Nudo	1	2
Metodologia allenamento	6		4
Metodologia insegnamento	6		2
Antidoping		2	
Elementi di Psicologia dello Sport	4		
Project Work	Tempo necessario		
Totale (63)	31	2	30
Esami scritti e orali	Tempo necessario		

\*le lezioni in DaD possono essere svolte anche in modalità "in presenza"

#### Art. 16 - Modalità di svolgimento delle prove d'esame - partecipazione - valutazione

- 16.1 Possono sostenere l'esame solo i corsisti che hanno frequentato non meno dell'80% delle ore dell'intero corso.
- 16.2 Le prove di esame si compongono di due prove scritte, un colloquio orale e un project work. L'esame è completato solo quando le valutazioni delle quattro prove sono acquisite dalla Commissione esaminatrice.
- 16.3 Le prove di esame si svolgeranno al termine del corso e comunque entro 4 mesi dall'inizio delle lezioni. Dato il carattere prevalentemente residenziale del Corso, la prova d'esame sarà tenuta preferibilmente il giorno seguente la consegna del Project Work.
- 16.4 Prova scritta. L'oggetto principale dell'accertamento è la costruzione di un efficiente piano di programmazione dell'allenamento di un atleta di medio livello, su dati forniti dalla Commissione. È su questo che la commissione valuterà se l'esito della prova scritta può ritenersi sufficiente o meno. L'accertamento delle discipline tramite questionario, invece, serve essenzialmente a capire se gli aspetti principali di esse sono stati correttamente appresi. È per questa ragione che si consiglia l'organizzazione modulare del corso, perché il corsista ha maggior tempo per studiare l'argomento, svolgere la prova e riflettere sugli eventuali errori fatti, piuttosto che risolvere tutto in una faticosa giornata di prove.
- 16.5 Fanno parte della Commissione di valutazione tutti coloro che hanno svolto attività di docenza. Alle prove d'esame è obbligatoria la presenza di almeno due (2) docenti di cui uno (1) di tecnica di tiro e del responsabile designato dalla FITARCO.

La tabella seguente riassume le linee essenziali per la conduzione d'esame.

Prove d'esame	Tempi Max di esecuzione della prova.	Peso della prova
La prova scritta si compone di:		
1. un elaborato: ➤ Realizzazione di un piano di allenamento. L'oggetto principale dell'elaborato è la costruzione di un efficiente piano di programmazione dell'allenamento (periodizzazione) di un atleta di medio livello, su dati forniti dalla Commissione.	Max. 2,5 ore	20%
2. un questionario a risposte chiuse così costruito: ➤ Tecnica di tiro (40 domande totali): ▪ Ricurvo: 15 domande (15) ▪ Compound: 15 domande (15) ▪ Arco Nudo: 10 domande (10) ➤ Materiali e messa a punto: 10 domande per tipo di arco (30) ➤ Metodologia allenamento: 10 domande (10) ➤ Metodologia insegnamento: 10 domande (10) ➤ Elementi di Psicologia dello Sport: 5 domande (5) ➤ Antidoping: 5 domande (5)	Max. 1,5 ore	10%

<p>Colloquio orale: La Commissione esaminatrice accerterà che il candidato,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sappia illustrare e giustificare quanto contenuto all'interno del Project Work.</li> <li>• Sappia giustificare le risposte fornite nelle prove scritte (elaborato e questionari).</li> <li>• Conosca gli aspetti fondamentali delle tecniche di tiro e i metodi con cui può essere progettato e valutato il loro allenamento.</li> <li>• Abbia compreso in profondità quali sono le competenze pedagogiche e didattiche del tecnico e gli effetti sulla attività degli atleti.</li> <li>• Esprima i concetti con chiarezza e proprietà di linguaggio.</li> </ul>	Tempo necessario	50%
<p><b>Project Work:</b> ogni corsista dovrà consegnare l'elaborato al responsabile del corso, prima della sessione d'esame in modo che i membri della commissione esaminatrice possano valutarne preventivamente i contenuti. Il corsista inizierà l'esame orale con una presentazione del Project Work rispondendo alle domande della commissione. Il Project Work di ogni singolo corsista, al termine del corso, dovrà essere inviato alla CFQ unitamente alla valutazione d'esame.</p>	Tempo Necessario	20%

#### 16.6 Valutazione del candidato e esito dell'esame:

La somma delle quattro valutazioni, pesate, stabilirà se l'esito dell'esame è positivo, o negativo o se il candidato viene rimandato ad una valutazione successiva così come previsto dall'art. 15 del Regolamento Tecnici Federali.

Nel corso del colloquio orale è possibile il recupero di risposte errate dei questionari scritti purchè tali risposte errate non superino il 30% nei questionari con dieci (10) domande e del 40% nei questionari con cinque (5) domande. La Commissione valuterà anche le capacità logico espositive del candidato che rappresenta pur sempre, come tecnico, una parte rilevante dell'immagine che la Federazione deve fornire all'interno e all'esterno di essa.

#### Art.17 - Programma didattico

Quantunque il Corso verta principalmente sull' Arco Ricurvo il o i Docenti, nell'affrontare gli aspetti della tecnica di tiro dell'Arco Compound e dell'Arco Nudo, metteranno in evidenza gli elementi di corrispondenza tecnica tra le tre divisioni e quelli che creano discontinuità, in modo da fornire agli Istruttori un livello di competenza sufficiente ad introdurre i futuri allievi anche in queste specialità. Analoga attenzione sarà posta anche nella trattazione dei materiali.

#### 17.1 Tecnica di tiro

Gli insegnamenti relativi alle diverse tecniche di tiro prevedono due momenti. Il primo serve per richiamare i fondamentali di tiro per ogni divisione completandoli con quanto caratterizza la moderna tecnica esecutiva. Il richiamo si rende indispensabile per attuare in concreto una comune base di analisi del gesto tecnico e non risolvere la tecnica in omogeneità solo formale di linguaggio, tanto più se è trascorso molto tempo dal momento della formazione di primo livello. A questo fine sono dedicate più ore di esercitazione pratica.

Il secondo momento serve invece a mettere a punto una vera preparazione tecnica, sulla base dei riferimenti tecnici precedentemente riformulati, che attrezzi l'istruttore, con esercizi, esercitazioni, schede tecniche, analisi fotografiche o video ecc., a lavorare allo sviluppo del suo atleta, per consentirgli un approccio alla competizione meno approssimativo e definito su obiettivi realistici e misurabili. Questa parte del programma è strettamente collegata agli aspetti specifici di Metodologia dell'Allenamento che, benché trattati a parte, ne costituiscono una necessaria premessa. Il tutto allo scopo di consentire di costruire un coerente un piano di allenamento.

La suddivisione oraria è solo suggerita; il docente, nell'ambito delle ore, potrà approfondire maggiormente un tema e meno un altro, senza tuttavia trascurarne alcuno, tenendo in debito conto le domande dei corsisti e il loro livello di conoscenze di base.

La suddivisione oraria è stata comunque pensata in modo che la parte teorica di ogni tema non ecceda il 40% - 50% dell'intero tempo a disposizione. Con essa si aprirà il tema, cui seguirà una fase pratica in cui il docente coinvolgerà il più possibile i corsisti, facendo provare i fondamentali e alcuni esercizi proposti anche dai testi di riferimento (in bibliografia), aiutandoli ad analizzare il gesto tecnico, a cogliere gli scostamenti rispetto al modello esplicativo di tecnica prescelto, a prospettare soluzioni, esercizi ed esercitazioni tecniche tese a risolvere il problema cercando, attraverso continue domande, di mettere in luce dubbi, difficoltà di comprensione, fraintendimenti. Nella fase finale di ogni lezione il tema sarà ricapitolato in sintesi, fornendo le spiegazioni che ancora si rendessero necessarie.

- 17.1.1 Richiamo dei fondamentali  
(Cap. 3; 5; 8; 12 del Manuale WA per Istruttori, Livello Intermedio.)  
I docenti delle tre divisioni affronteranno in ogni caso i seguenti punti, rilevando per ognuno di essi differenze, ove sussistano.
- a) Metodi per ottenere una postura consistente:
    - Piedi - richiamo delle tre posizioni (aperta - chiusa - in linea).
    - Bacino - retroversione
    - Spalle: naturalità delle spalle basse e linearità rispetto al bersaglio.
    - Capo naturalmente girato.
  - b) I carichi sulla spalla dell'arco in relazione alla pressione della mano dell'arco (alta, media, bassa) e della mano della corda (su indice, medio, anulare).
  - c) Gli allineamenti ossei disposti secondo il principio che ogni deviazione dallo sviluppo della linea di trazione produce forze angolari che si ripercuotono sulla correttezza e fluidità del gesto. I punti di contatto.
  - d) Il ruolo della muscolatura dorsale, in particolare del trapezio medio e basso, nell'azione di trazione e contrapposizione.
  - e) La dinamica esecutiva - La continuità della azione motoria, e la sua modulazione. Il rilascio come risposta al rilassamento dei muscoli flessori del braccio e della mano e/o all'azionamento del grilletto.
  - f) Il punto di arrivo del gesto come risultato di corretti allineamenti e della struttura anatomica dell'arciere.
  - g) L'adattamento della tecnica di tiro in ragione delle distanze, della disposizione del terreno e della tipologia del bersaglio: in particolare
    - Il tiro in salita.
    - Il tiro in discesa.
    - Il tiro in contro pendenza.

17.1.2 La tecnica con gli arcieri disabili  
(Tema trattato nel Cap. 6 del Manuale WA per istruttori, livello intermedio)

17.2 Materiali: scelta - messa a punto - montaggio e manutenzione  
(Almeno il 50% del tempo deve avere carattere pratico).

17.2.1 Il materiale e la sua messa a punto devono tener conto dell'impegno agonistico verso cui è proiettato l'atleta. Nel trattare i punti seguenti, il docente avrà cura di differenziare la parte per Ricurvo e Arco nudo da quella per Compound, quando l'argomento lo richieda. Saranno anche privilegiate la dimostrazione e l'esercitazione pratica particolarmente per gli aspetti di messa a punto

Il presente elenco suggerisce un ordine possibile per affrontare l'argomento.

- a) Il "Paradosso della freccia" e lo spine.
- b) Il punto di perno e il punto di pressione sull'impugnatura.
- c) Il tiller: significato - valori - regolazione.
- d) I flettenti: caratteristiche durante il lavoro di flessione - cenni sul materiale di costruzione
- e) Il riser: caratteristiche costruttive. I materiali
- f) La corda: caratteristiche costruttive - fibra - giri - n° di fili.
- g) Brace-height: significato - valori - regolazione.
- h) Gli stabilizzatori: significato - composizione - regolazione - tipi di stabilizzazione.
- i) Determinazione del libbraggio massimo effettivo dell'arco.
- j) Determinazione del libbraggio massimo calcolato dell'arco.
- k) L'interpretazione delle indicazioni fornite dalle tabelle per la scelta della misura delle aste
- l) Il taglio delle aste - alette - punte - cocche - assemblaggio della freccia. Cenni di equilibratura.
- m) Il posizionamento del clicker
- n) Posizionamento della livella
- o) Relazione tra visette e diottra.
- p) Posizionamento della soucette.
- q) Scelta e posizionamento del rest; Il center shot - off center shot
- r) Scelta e posizionamento del mirino.
- s) Sincronizzazione delle ruote
- t) Sgancio meccanico: tipi e regolazioni

17.2.2 Messa a punto del materiale

Per l'Arco Ricurvo e Arco Nudo si utilizzeranno più metodi come:

- a) Test della spennata sia per l'incocco che per il bottone ammortizzatore.
- b) Test della distanza variabile (di 5m in 5m).

- c) Analisi del volo e della rosata.  
Per l'Arco Compound si utilizzeranno più metodi come:
- a) Test della carta.  
b) Analisi del volo e della rosata.
- 17.3 Metodologia dell'insegnamento<sup>3</sup>
- 17.3.1 Il profilo e le competenze didattiche del tecnico di II livello (IS Cap.1, Reg.Attuativo)  
I compiti e le responsabilità del tecnico di II livello
- 17.3.2 La comunicazione efficace (IS Cap.3/2)
- a) La natura della comunicazione.  
b) Le regole della comunicazione interpersonale  
c) Le tecniche di comunicazione efficace.  
d) L'uso didattico della comunicazione: spiegare, dimostrare, correggere.  
e) Saper ascoltare  
f) La comunicazione verbale e paraverbale.
- 17.3.3 La motivazione dell'atleta (IS Cap.4/2)
- a) Lo sviluppo della personalità e la motivazione.  
b) Aspettative degli atleti ed autoefficacia.  
c) La definizione degli obiettivi come fattore motivante.  
d) Come motivare atleti di diverse fasce di età e di differente livello motorio
- 17.3.4 Osservare l'atleta (IS Cap.5 par.1, 2, 3, 4 - MF Cap.9.4)
- a) Guardare e osservare  
b) Un modello per l'osservazione.  
c) Le interferenze soggettive dell'osservatore  
d) L'atteggiamento dell'osservatore costruttivo
- 17.3.5 L'organizzazione di un corso avanzato di tiro  
La proposta di una progressione in dieci 10 passi per arciere che ha già consolidato i fondamentali (CB)
- 17.4 Metodologia dell'allenamento (parte generale)<sup>4</sup>
- 17.4.1 Le basi della prestazione, progettazione e valutazione dell'allenamento (AA Cap.6 - Cap. 1)
- a) Classificazioni fisiologiche, biomeccaniche, per tipo di compito (chiusi/aperti), per le caratteristiche delle competizioni.  
b) I fattori della prestazione sportiva  
c) Definizione, concetti e principi generali dell'allenamento  
d) Il processo di allenamento di lungo termine - l'allenamento generale di base - di costruzione e giovanile.  
e) Concetti di base sui meccanismi energetici.  
f) Principi del carico di lavoro: Omeostasi e supercompensazione aggiustamento ed adattamento; carico esterno e carico interno, rapporto carico - recupero. Multilateralità generale e orientata classificazione delle esercitazioni di allenamento: generale, speciale, di gara e simili.  
g) La pianificazione e la programmazione dell'allenamento  
h) La programmazione sui principi della variazione:
- delle sensazioni;
  - dei vincoli (distanze, misure e forme delle visuali, equilibrio)
  - del carico
- i) La costruzione di un piano dell'allenamento e delle relative schede di lavoro.
- 17.4.2 L'allenamento della tecnica
- a) Costruzione, modulazione e gestione della seduta di allenamento nei diversi cicli (micro, meso e macro)  
b) La valutazione all'interno della progettazione dell'allenamento  
c) Modifiche tecniche e/o correzione degli errori e del materiale tecnico dell'atleta nel contesto del programma di allenamento  
d) La preparazione della gara
- 17.4.3 Sviluppo motorio e capacità coordinative (AA Cap.2/2-GT; Disp. R. Finardi)
- a) Pianificazione e strutturazione di sedute di allenamento per lo sviluppo delle capacità coordinative.  
b) La valutazione delle capacità coordinative.

<sup>3</sup> con IS il rimando è al volume "Insegnare lo Sport"; con MF il rimando è al "Manuale FITA per istruttori", con GT il rimando è al volume "Guida tecnica CAS", presenti nella bibliografia del corso. Con CB il rimando è al corso base di F. Clini

<sup>4</sup> Con AA il rimando è al volume "Allenare l'Atleta"; con MF il rimando è al "Manuale FITA per istruttori", con MF2 il rimando è al "Manuale FITA per istruttori, livello intermedio", con Disp R. Finardi il rimando è ad uno studio prodotto dal Prof. Finardi per la Fitarco, presenti nella bibliografia del corso.

- 17.4.4 La mobilità articolare (AA Cap.5/2 - Disp. R. Finardi)
  - a) Fondamenti anatomici e neurofisiologici della mobilità articolare
  - b) I principali fattori che limitano la mobilità articolare
  - c) L'organizzazione dell'allenamento della mobilità articolare
  - d) La scelta e la combinazione di metodi attivi, passivi e misti/statici e dinamici.
  - e) La mobilità articolare nelle attività di riscaldamento e defaticamento
  - f) Le metodiche PNF
  - g) Valutazione da campo della mobilità articolare
- 17.4.5 Cenni sulla forza e la velocità-rapidità (AA Cap.3/2 - Disp. R. Finardi)
  - a) Fattori determinanti della forza muscolare: strutturali, nervosi, meccanici
  - b) Introduzione all'uso dei sovraccarichi
  - c) Il rapporto forza - velocità negli sport di precisione.
  - d) Esercitazioni pratiche: esercizi a carico naturale e con sovraccarichi per lo sviluppo della potenza muscolare (Power Training)
  - e) Valutazione: l'uso dei test da campo per la Forza
- 17.4.6 Cenni sulla resistenza (Disp. R. Finardi)
  - a) I principali fattori limitanti delle prestazioni di resistenza e i principali adattamenti derivanti.
  - b) I principali mezzi e metodi di allenamento
  - c) I principali sistemi di valutazione da campo.
- 17.5 Metodologia dell'allenamento (parte speciale)
  - 17.5.1 La preparazione tecnica
    - a) L'analisi tecnica dell'arciere: l'uso delle griglie d'osservazione.
    - b) I test per la rilevazione del potenziale tecnico dell'arciere, rispetto a un modello di riferimento.
    - c) La progressione verso la forma sportiva, intesa come aumento delle capacità d'adattamento dell'organismo. Cenni su carico - adattamento - "supercompensazione", con rimando alle lezioni di Metodologia dell'Allenamento.
    - d) La definizione degli obiettivi in ragione dei periodi di preparazione, agonistico, di transizione.
    - e) La programmazione dell'allenamento basata su i principi:
      - della variazione delle sensazioni
      - della variazione dei vincoli (distanza, misure e forma delle visuali, tempi, equilibrio, peso e libbraggio, ecc.)
      - delle variazioni di carico
    - f) Esercizi specifici per la ricerca delle sensazioni, per l'affinamento delle sensazioni, per il rafforzamento delle sensazioni.
    - g) Gli esercizi di gara
    - h) L'organizzazione della seduta d'allenamento tecnico.
    - i) Lavoro tecnico e/o correzione degli errori.
    - j) La costruzione di una scheda di programmazione di lavoro tecnico.
    - k) La costruzione di un piano di allenamento.
- 17.6 Antidoping
 

Doping e lotta al Doping nella disciplina del Tiro con l'Arco: introduzione al problema, aspetti sanitari ed Etica sportiva, Istituzioni di controllo e procedure obbligatorie.
- 17.7 Elementi di Psicologia dello Sport
  - 17.7.1 a) Lo sport inclusivo metodologie, strategie e modalità di conduzione
  - b) Pedagogia del gioco: il passaggio dal gioco allo Sport, dal play al game
  - c) La figura del tecnico/educatore sportivo: riconoscere la capacità dei ragazzi, favorendo l'attività anche di chi non ha alti livelli di performance
  - d) Le figure che ruotano intorno al giovane atleta: famiglia, allenatore, scuola e società sportiva
  - e) Aspettative degli atleti ed autoefficacia.
  - f) Il Drop Out sportivo
  - g) Il Goal setting

**Art.18 - Materiale didattico per seguire i corsi e preparare gli esami di Istruttore di II livello**

L'elenco del materiale qui presentato non è esaustivo e può essere opportunamente integrato con quello che i Docenti riterranno più opportuno e/o più aggiornato o facilmente disponibile. Ai corsisti saranno forniti i testi indispensabili per poter seguire utilmente il corso.

- 18.1 Manuali obbligatori per seguire il corso e preparare gli esami.
  - Manuale WA per istruttori (Primo livello - obbligatorio per chi non abbia seguito un corso di I livello utilizzandolo come testo)

- DVD Coaches Manual. Il video accompagna il testo MANUALE WA PER ISTRUTTORI (Primo livello). L'edizione sottotitolata in Italiano è disponibile nel sito FITARCO Fitarco Tecnici in rete.
- Manuale WA per istruttori Livello Intermedio. La traduzione in italiano è disponibile in forma digitale.
- Corso di base - Livello avanzato. Dieci lezioni per arcieri che hanno già consolidato i fondamentali, di Filippo Clini. Guida docente e quaderno per allievo FITARCO ed.
- Archery, Easton. Ultima edizione in versione Italiana - tabelle - messa a punto volo delle frecce.
- Allenare per vincere - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Antonio La Torre. Ed. Scuola dello Sport
- Insegnare per allenare - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Claudio Mantovani. Ed. Scuola dello Sport
- Principi di preparazione tecnica e condizionale nel tiro con l'arco. Prof. R. Finardi pubblicata dalla FITARCO.

#### 18.2 Manuale consigliato

- Total archery di Kisik Lee & Rober de Bondt. Ed. italiana Arco Sport Spigarelli

## SEZIONE 3

### Corso per l'acquisizione della qualifica di Allenatore

#### Art.19 - Profilo, compiti e obiettivi

L'Allenatore si configura come un Tecnico che, oltre a preparare arcieri all'agonismo, è abilitato a gestire atleti evoluti e gruppi di Tecnici.

Le competenze apprese devono consentirgli di:

- Programmare un piano di allenamento di breve, medio e lungo termine.
- Individualizzare l'intervento in relazione ai bisogni specifici dell'atleta.
- Gestire modalità di comunicazione e di relazione nei gruppi.
- Conoscere e utilizzare alcune tecniche di preparazione mentale.
- Saper gestire il rapporto con gli Atleti anche attraverso i Tecnici personali.

#### Art.20 - Piano di studi - quadro orario

I corsi per Allenatore prevedono un programma complessivo di 66 ore (di cui 10 ore in Didattica a Distanza), esami finali a parte; hanno prevalentemente carattere residenziale. Il programma è così distribuito:

Allenatore				
Materie di studio		Lezione teorica	Lezione in Dad	Lezione pratica
Tecnica di tiro	ricurvo	4		3
	compound	3		3
	nudo	2		3
Materiali e messa a punto (tre divisioni)	ricurvo	1		1
	compound	1		1
	nudo	1		1
Antidoping			2	
Elementi di Psicologia dello Sport		4		2
Metodologia Insegnamento		6	2	4
Metodologia Allenamento (tre divisioni)		6	4	6
Preparazione tecnica arciere evoluto		2		2
Regolamenti			2	
Project Work	Tempo necessario			
<b>Totale (66)</b>		<b>30</b>	<b>10</b>	<b>26</b>
Esami scritti e orali	Tempo necessario			

**Art.21 - Modalità di svolgimento delle prove d'esame - partecipazione - valutazione**

- 21.1 Possono sostenere l'esame solo i corsisti che hanno frequentato non meno dell'80% delle ore dell'intero corso e completato positivamente la parte di tirocinio.
- 21.2 Le prove d'esame si compongono di due prove scritte, un colloquio orale e un Project Work. L'esame è completato solo quando le valutazioni delle quattro prove sono acquisite dalla Commissione esaminatrice.
- 21.3 Le prove d' esame si svolgeranno al termine del corso e comunque entro 4 mesi dall'inizio delle lezioni. Dato il carattere prevalentemente residenziale del Corso, la prova d'esame sarà tenuta preferibilmente il giorno seguente la consegna del Project Work

La tabella seguente riassume le linee essenziali per la conduzione d'esame.

Prove d'esame	Tempi Max di esecuzione della prova.	Peso della prova
<b>La prova scritta si compone di:</b>		
a) un elaborato: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizzazione di un piano di allenamento.</li> </ul> L'oggetto principale dell'elaborato è la costruzione di un efficiente piano di programmazione dell'allenamento (periodizzazione e definizione dei carichi di allenamento) di un atleta di livello medio alto, su dati forniti dalla Commissione.	Max. 2,5 ore	20%
b) questionari a risposte chiuse così costruiti: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tecnica di tiro (30 domande totali):               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ricurvo: 10 domande (10)</li> <li>▪ Compound: 10 domande (10)</li> <li>▪ Arco Nudo: 10 domande (10)</li> </ul> </li> <li>➤ Materiali e messa a punto: 10 domande per tipo di arco (30)</li> <li>➤ Metodologia allenamento: 10 domande (10)</li> <li>➤ Metodologia insegnamento: 10 domande (10)</li> <li>➤ Elementi di Psicologia dello Sport: 5 domande (5)</li> <li>➤ Antidoping: 5 domande (5)</li> <li>➤ Regolamenti: 5 domande (5)</li> <li>➤ Preparazione tecnica dell'arciere evoluto: 5 domande (5)</li> </ul>	Max. 1,5 ore	20%
<b>Colloquio orale:</b> La Commissione esaminatrice accerterà che il candidato <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sappia illustrare e giustificare quanto contenuto all'interno del Project Work.</li> <li>• Sappia giustificare le risposte fornite nelle prove scritte (elaborato e questionari).</li> <li>• Conosca gli aspetti fondamentali delle tecniche di tiro e i metodi con cui può essere progettato e valutato il loro allenamento.</li> <li>• Abbia compreso in profondità quali sono le competenze pedagogiche e didattiche del tecnico e gli effetti sulla attività degli atleti.</li> <li>• Esprima i concetti con chiarezza e proprietà di linguaggio.</li> </ul>	Tempo necessario	40%
<b>Project Work:</b> ogni corsista dovrà consegnare l'elaborato al responsabile del corso, prima della sessione d'esame in modo che i membri della commissione esaminatrice possano valutarne preventivamente i contenuti. Il corsista inizierà l'esame orale con una presentazione del Project Work rispondendo alle domande della commissione. Il Project Work di ogni singolo corsista, al termine del corso, dovrà essere inviato alla CFQ unitamente alla valutazione d'esame.	Tempo Necessario	20%

- 21.4 Valutazione del candidato e esito dell'esame:  
 La somma delle ~~tre~~ quattro valutazioni, pesate, stabilirà se l'esito dell'esame è positivo, ~~e~~-negativo o se il candidato viene rimandato ad una valutazione successiva così come previsto dall'art. 15 del Regolamento Tecnici Federali.  
 Nel corso del colloquio orale è possibile il recupero di risposte errate dei questionari scritti purchè tali risposte errate non superino il 30% nei questionari con dieci (10) domande e del 40% nei questionari con cinque (5) domande. La Commissione valuterà anche le capacità logico espositive del candidato che rappresenta pur sempre, come tecnico, una parte rilevante dell'immagine che la Federazione deve fornire all'interno e all'esterno di essa.

## Art.22 - Programma didattico

- 22.1 Tecnica di tiro
- Analisi del gesto tecnico di arcieri evoluti (tre divisioni) con pratica di rilevazione e gestione dei dati sulle capacità e abilità acquisite dell'arciere.
  - Gli strumenti per raccogliere dati sul gesto tecnico: dalle griglie alle tecnologie digitali per analizzare la performance.
  - L'interpretazione dei dati e la formulazione di soluzioni tecniche ai problemi.
  - L'affinamento del gesto tecnico nell'arciere evoluto e la sua programmazione.
  - Il ruolo del Tecnico nella gestione dello scontro diretto e della prova a squadre.
- 22.2 Materiali (per le tre divisioni)
- Caratteristiche e valutazione di materiali di ultima generazione.
  - La messa a punto personalizzata dei materiali.
  - Il metodo di analisi fine del volo della freccia e della rosata.
  - Controlli della uniformità delle frecce utilizzate.
- 22.3 Metodologia dell'insegnamento
- 22.3.1 La gestione del talento e dell'atleta di alto livello.
- La definizione del talento
  - Atleti di talento e atleti con attitudini per la disciplina
  - I problemi connessi all'identificazione e selezione del talento
  - Allenare atleti di talento
- 22.3.2 La comunicazione efficace
- Le dinamiche di gruppo e di squadra
  - La coesione di squadra
  - Il team building
- 22.3.3 Motivare l'atleta: la preparazione psicologica alla gara. I mezzi di pratico intervento da parte del Tecnico
- La programmazione
  - La formulazione degli obiettivi
  - I contenuti
  - L'organizzazione dei contenuti: l'interferenza contestuale
  - Come modulare l'attivazione
  - Il controllo dei processi attentivi
  - Il controllo dei pensieri
- 22.3.4 Osservare l'atleta
- Guardare o osservare
  - Le interferenze soggettive all'osservazione
  - L'osservazione sistematica e le griglie di valutazione
- 22.3.5 La Routine per l'atleta di alto livello, aspetti tecnici e psicologici
- 22.4 Programma di metodologia dell'allenamento
- 22.4.1 La progressione verso la forma sportiva:
- La forma sportiva: definizione
  - Fattori della capacità di prestazione sportiva
  - Il processo di allenamento di lungo termine
    - Allenamento di transizione verso l'alto livello
    - Allenamento di alto livello
    - Allenamento giovanile
  - Basi fisiologiche dell'adattamento: adattamenti a breve - medio - lungo periodo.
  - Ruolo dell'aumento della quantità e intensità del carico
  - Ruolo della specificità e della variabilità del carico
- 22.4.2 Dal modello di prestazione al progetto di una programmazione dell'allenamento
- La costruzione di un progetto di allenamento
    - La scelta degli obiettivi dell'allenamento.
    - Il carico i parametri della quantità, intensità e densità.
    - I rapporti tra i parametri del carico
    - La scelta e la modulazione dei carichi
  - L'importanza delle gare e della loro pianificazione
    - Gare come mezzo efficace di allenamento
    - La gara come metodo di controllo e di test
    - La preparazione dell'atleta alle gare
    - La valutazione e l'analisi della gara
  - I raduni di allenamento come mezzo per il miglioramento della capacità di prestazione sportiva o per la preparazione alle gare.
    - Tipologia



- Impostazione del programma
  - Organizzazione
  - d) La preparazione tecnica dell'arciere (tema ripartito per ogni divisione)
    - La scelta degli esercizi adeguati alle risultanze dell'analisi dei dati e degli obiettivi dell'atleta.
    - La scelta delle componenti del carico e della loro modulazione nella seduta nel ciclo di allenamento.
    - L'inserimento del lavoro tecnico specifico nel piano di programmazione.
- 22.4.3 La preparazione atletica dell'atleta di medio e alto livello
- c) La propriocezione
    - Perché l'allenamento propriocettivo
    - Rapporto fra equilibrio e propriocezione
    - Controllo posturale, orientamento ed equilibrio
    - Training propriocettivo dell'arciere: mezzi e modalità operative
  - d) Il Core stability
    - Principi base dell'allenamento del Core
    - Allenamento funzionale
    - Core stability dell'arciere: mezzi e modalità operative
  - e) Mobilità articolare
    - Metodi di allenamento della mobilità articolare
    - Fattori che influenzano la mobilità articolare
    - L'allenamento della mobilità articolare nel processo di allenamento a lungo termine
  - f) Fattori che influenzano la capacità di prestazione dell'arciere
    - L'importanza del riscaldamento e defaticamento
    - L'importanza del recupero dopo i carichi sportivi
    - L'alimentazione dell'atleta
- 22.5 Antidoping  
Doping e lotta al Doping nella disciplina del Tiro con l'Arco: introduzione al problema, aspetti sanitari ed Etica sportiva, Istituzioni di controllo e procedure obbligatorie.
- 22.6 Elementi di Psicologia dello Sport
- a) Il Goal setting, per l'atleta di alto livello
  - b) Come modulare l'attivazione
  - c) Il controllo dei processi attentivi
  - d) La creazione di un self talk positivo
  - e) La Routine, aspetti psicologici
  - f) Osservare l'atleta
    - L'osservazione della dimensione psicologica.
    - Mezzi per l'osservazione psicologica.
  - g) Le dinamiche di gruppo e di squadra
  - h) La gestione degli scontri diretti individuali e a squadre
- 22.7 Regolamenti
- a) Ruolo e funzioni della Commissione Ufficiali di Gara (CUG)
  - b) Gare nazionale e gare internazionali
  - c) La gestione degli scontri diretti individuali e a squadre

### **Art.23 - Materiale didattico suggerito per seguire i corsi e preparare gli esami di Allenatore**

L'elenco del materiale qui presentato non è esaustivo e può essere opportunamente integrato con quello che i Docenti riterranno più opportuno e/o più aggiornato o facilmente disponibile. Ai corsisti saranno forniti i testi indispensabili per poter seguire utilmente il corso.

Testi:

- Le capacità coordinative: definizione e possibilità di svilupparle" di Dietrich D.Blume. Didattica del movimento 1988, pgg 60-83.
- Aspetti fisiologici del tiro con l'arco di F. Amodio e C. Gallozzi Dispensa a cura della Formazione Quadri FITARCO 1995
- Analisi posturale e elettromiografia del gesto tecnico, Centro Medicina e Scienza dello Sport CONI 2012.
- Fisiologia e anatomia a cura della WA
- Analisi multifattoriale del tiro con l'arco FITARCO e Centro di bioingegneria Fondazione Pro Juventute IRCCCS - Politecnico di Milano a cura di R. Squadrone Pubblicazione a cura della FITARCO Formazione Quadri 1995
- Manuale di preparazione specifica al tiro con l'arco, di R. Finardi ed. FITARCO 2013

- Total archery di Kisik Lee & Rober de Bondt. Ed Italiana Arco Sport Spigarelli
- Preparazione alla competizione di Spigarelli - Dung Eun Suk - Casorati Ed. Arco Sport 1993
- Allenare per vincere - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Antonio La Torre. Ed. Scuola dello Sport
- Insegnare per allenare - Manuale di Metodologia dell'Allenamento Sportivo a cura di Claudio Mantovani. Ed. Scuola dello Sport

## **LINEE GUIDA**

### **Per l'organizzazione Corso Tecnico di Base, Seminari di aggiornamento, Corsi di approfondimento/specializzazione**

Al fine di uniformare il più possibile tra i Comitati le tipologie degli inviti e l'organizzazione per l'effettuazione del Corso Tecnico di Base, seminari di aggiornamento, corsi di approfondimento sono di seguito fornite alcune linee guida.

È inoltre riportata una scheda per la rilevazione della qualità della partecipazione dei tecnici personali, presenti ai raduni di atleti di interesse regionale.

#### **Aspetti organizzativi**

**Gli inviti** dovranno contenere le seguenti indicazioni.

- La tipologia: Corso Tecnico di Base - seminario di aggiornamento (per quale livello) - corso di approfondimento - corso di specializzazione.
- Il nome del Responsabile del Corso ed i suoi recapiti postali, telefonici ed elettronici
- Il o i Docenti che interverranno
- Il programma che sarà svolto
- La durata complessiva (ove presenti, comprendere anche il tempo degli esami).
- A chi è rivolto (atleti o tecnici - solo tecnici 1° o 2° livello ecc...)
- Se consente l'acquisizione di crediti, il valore del credito, o solo di frequentare il 1° livello (per il corso tecnico di base)
- Il rilascio di un attestato di partecipazione per tutti, controfirmato dal Responsabile del corso e dal Presidente del Comitato.
- I posti disponibili (non superiori a 30)
- La quota di partecipazione e che cosa comprende (es materiale didattico, pranzo, caffè ecc...).
- Dove e come ci si deve iscrivere
- Nel caso di impossibilità a partecipare alle lezioni in presenza queste non potranno essere sostituite o recuperate da lezioni online
- L'indicazione che la mancata partecipazione dopo l'iscrizione, obbliga comunque al versamento della quota
- Come si raggiunge il luogo di svolgimento del seminario

Gli inviti così composti saranno inviati in via preventiva, al massimo 20 giorni lavorativi prima dell'incontro, alla segreteria tecnica della CFQ (all'indirizzo e-mail [formazionequadri@fitarco-italia.org](mailto:formazionequadri@fitarco-italia.org)) per la necessaria autorizzazione da parte della CFQ.

La pubblicazione del seminario nella sezione del sito Fitarco dedicato alla Formazione Quadri certifica l'avvenuta autorizzazione.

I Comitati che intendano organizzare attività di formazione che non richieda accordo preventivo con la CFQ e per la quale non si ha diritto a crediti, possono organizzare gli incontri dandone comunque informazione alla CFQ.

Al massimo 15 giorni dopo il termine degli incontri, i Comitati organizzatori dovranno inviare alla Segreteria della CFQ i nominativi dei partecipanti con le relative attribuzioni di voto conseguite a seguito della valutazione finale. Nel caso in cui il corsista non superi l'esame di valutazione finale del corso, non gli verranno attribuiti crediti (dove previsto).

*Il Comitato Regionale, o l'ente Organizzatore, invierà inoltre i nominativi dei partecipanti e le relative firme ed i nominativi dei Docenti usando il seguente modello:*

Tipologia dell'incontro (es.: Corso Tecnico di Base - Aggiornamento ecc...)

Luogo e data di effettuazione

Docenti: \_\_\_\_\_

Partecipanti

Titolo	Cognome e nome	Società	Firma autografa
AT	Mario Rossi	06...	
T1			
Al			
T2			

Legenda

T1	Tecnico 1° livello
T2	Tecnico 2° livello
AL	Allenatore
AT	Atleta

Data \_\_\_\_\_

Firma del  
Responsabile dell'incontro

\_\_\_\_\_

Firma del Presidente del Comitato Regionale

\_\_\_\_\_

## Criteria per l'organizzazione del Corso Tecnico di Base

### Premessa

Il corso si rivolge come formazione introduttiva ad aspiranti Tecnici Fitarco, insegnanti scolastici di ogni ordine e grado e animatori sportivi di villaggi vacanze specializzati nel tiro con l'arco.

### Finalità

Il Corso Tecnico di Base si propone come mezzo per far acquisire le conoscenze tecniche di base e le prime informazioni sulle modalità di scelta del materiale di tiro, della messa a punto e mantenimento dello stesso, nonché l'organizzazione di uno spazio di tiro promozionale.

La partecipazione al Corso Tecnico di Base e il superamento della prova di valutazione fanno conseguire ai partecipanti un attestato, rilasciato dal Comitato regionale, che li abilita ad iniziare al tiro con l'arco i neofiti o chiunque voglia approcciarsi alla disciplina del tiro con l'arco ed a svolgere attività di supporto in società sotto la diretta guida di un tecnico iscritto all'albo.

Tale attività, svolta per almeno 6 mesi e certificata dal Presidente di società, sarà uno dei prerequisiti necessari per accedere al Corso Istruttori I livello, così come previsto dall'Art.11 del Regolamento Tecnici Federali,

### Contenuti e modalità organizzative dell'incontro

I comitati dovranno organizzare il Corso Base in un luogo in cui sia possibile svolgere sia la parte teorica che la parte pratica.

I testi di riferimento sono il Manuale FITA e la Guida Tecnica CAS.

Il corso ha una durata complessiva di 7,5 ore così distribuite:

Argomento	Contenuti	Obiettivi di apprendimento	Tempo
Il tiro con l'arco	Il tiro con l'arco: le sue specialità, i luoghi in cui si pratica, l'organizzazione che lo anima (Fitarco, i praticanti, i club, le possibilità di continuare a svolgere l'attività dopo l'iniziazione ecc.).	I corsisti apprendono ad organizzare uno spazio in cui svolgere la loro attività in sicurezza.	30'
Gestione di un gruppo di neofiti	Gestione dei gruppi e tecniche per organizzare un gruppo d'allievi.	I corsisti apprendono ad organizzare uno spazio in cui svolgere la loro attività in sicurezza.	60'
	L'attrezzatura di base per organizzare un gruppo d'allievi. Descrizione del materiale e quantità necessaria;		
	Il campo di tiro: disposizione, sicurezza, attrezzatura.		
	Tirare in sicurezza: le regole di sicurezza.		

Scelta, cura e manutenzione del materiale.	Il materiale tecnico per i corsi: archi, frecce, accessori	I corsisti apprendono a scegliere il materiale più idoneo per organizzare un corso per neofiti, la sua cura e la sua manutenzione.	90'
	La procedura preliminare per l'iniziazione: dell'allungo per la scelta di archi e frecce più adatti all'allievo.		
	Realizzare un punto d'incocco, ripristinare un serving rotto, sostituire un rest, ecc.		
La tecnica di tiro	Verifica dell'occhio dominante	I corsisti apprendono a tirare. Provano poi a far eseguire il gesto al compagno istruendolo su passi necessari:	150'
	Apprendere lo stile dell'arco nudo e/o con il mirino per facilitare l'approccio e il successo dell'allievo.		
	La mimesi del gesto senza e con l'arco. Il posizionamento del corpo rispetto al bersaglio, la trazione il rilascio.		
	Preparazione: l'estrazione della freccia dalla faretra, l'incocco, la presa della corda e il posizionamento della mano nell'impugnatura		
	Trazione e mira		
	Rilascio		
Correzione dei principali errori: guida al migliore successo e <b>attenzione alla sicurezza dell'allievo</b> per non pregiudicare il proseguimento dell'attività.	Rilascio con le dita che si aprono in successione	Prima il docente descrive il possibile errore e la sua correzione. I corsisti, a coppie, osservano il gesto del compagno e correggono l'errore con la supervisione del docente.	120'
	Flessione del braccio dell'arco.		
	La freccia cade dal rest		
	La corda colpisce il braccio		
	L'allievo piega il polso della mano dell'arco.		
	L'allievo, al rilascio abbassa il braccio dell'arco.		

Al termine delle lezioni i corsisti sosterranno, in presenza, una prova scritta della durata di 30' composta da un questionario a risposte chiuse così costruito:

- a) Tecnica di tiro e correzione dei principali errori: 10 domande (10)
- b) Materiali e messa a punto: 10 domande (10)
- c) Gestione di un gruppo di neofiti: 10 domande (10)

### **Docenti**

Il Comitato Regionale attinge al nucleo di Docenti che normalmente utilizza nei corsi per l'acquisizione dei livelli istruttori e che, generalmente, svolgono le materie di tecnica di tiro e materiali. In mancanza della disponibilità di tali docenti può utilizzare i tecnici, iscritti all'albo, con qualifica minima di Istruttore di II livello, con provata esperienza nello svolgimento di corsi di avviamento per neofiti e attività promozionale.

### **Requisiti per l'iscrizione**

Il Corso è rivolto a tutti gli arcieri tesserati.

### **Organizzazione del Corso**

Il **Comitato Regionale** organizzerà il corso con le stesse modalità previste per i corsi istruttori. E' necessario inoltre che conservi, mandandone copia alla FITARCO, l'elenco dei partecipanti ed i fogli firma delle presenze, come detto sopra, i risultati delle prove di valutazione e provveda ad assegnare a tutti i partecipanti all'intero incontro, un attestato di partecipazione che riporterà tra l'altro: titolo del corso, nomi dei Docenti, ore effettuate, firma del responsabile del corso e del Presidente del Comitato Regionale.

### **Valenza del Corso**

La frequenza del corso e il superamento della prova finale non danno diritto all'acquisizione di crediti.

## Criteria per l'organizzazione di Seminari di aggiornamento

### Finalità

Il Seminario di aggiornamento si propone di adeguare la preparazione dei tecnici ai nuovi e diversi contenuti presenti nei corsi di formazione Federale, consentendo ai partecipanti sia di continuare ad operare in conformità con il livello tecnico conseguito, riorganizzando le proprie conoscenze con quelle oggi proposte dalla nuova configurazione dei corsi, sia di accedere ai corsi di Istruttori II livello e Corso Allenatori tramite l'acquisizione di relativi crediti.

### Contenuti, modalità organizzative e Crediti

Per sopperire alla necessità di aggiornare sui nuovi contenuti della formazione quanti più tecnici possibile nello spazio del quadriennio (2013-2016), i corsi verteranno prevalentemente sulla **Metodologia dell'allenamento** e sulla **Metodologia dell'insegnamento relativo tiro con l'arco**. Ciò non toglie che questi corsi possano essere affiancati da contenuti di natura diversa, anche legati a specifiche esigenze del territorio.

I Comitati Regionali, ovviamente, possono effettuare anche aggiornamenti che trattano contenuti del tutto diversi da quelli definiti al punto precedente; in questo caso l'attribuzione di crediti non è automatica e deve essere di volta in volta verificata con la CFQ.

I seminari di aggiornamento, benché indirizzati specificatamente ad un livello (I - II - Allenatori), potranno essere frequentati anche da tecnici in possesso di altri livelli di qualifica e daranno comunque diritto ai crediti spettanti. Per poter accedere al corso di livello superiore, ogni tecnico dovrà aver frequentato i corsi di Metodologia relativi al **proprio** livello. (es.: un Istruttore I livello frequenta solo corsi indirizzati al II livello. Acquisirà i crediti, ma non potrà accedere al corso di II livello).

I seminari di aggiornamento prevedono un impegno orario di almeno 4/6 ore **per modulo**.

Dato l'impegno attento che essi richiedono, per fini di efficacia, **non si potranno svolgere più di due moduli nello stesso giorno**, meglio se in una fine settimana (sabato pomeriggio - domenica mattina), **né si potranno svolgere 4 moduli sviluppandoli in due giorni consecutivi**.

Ogni due moduli saranno dati **0,5 crediti** a partecipante.

Nel caso di aggiornamenti per il II livello e Allenatori, il Comitato potrà procedere combinando un modulo di metodologia dell'insegnamento con uno di metodologia dell'allenamento, rispettando tuttavia le durate (4/6 ore a modulo) e la sequenza (prima C E e poi D F, vedi programmi), oppure svolgere prima solo i moduli di una metodologia e in uno o più incontri i moduli dell'altra metodologia.

### Docenti

I Docenti per l'aggiornamento in Metodologia dell'allenamento e Metodologia dell'insegnamento sono **solo** quelli formati a questo scopo dalla FITARCO e presenti nell'elenco ufficiale dei Docenti di metodologia tenuto dalla CFQ. **In subordine** possono essere utilizzati anche Docenti della Scuola regionale dello Sport.

### Programmi per l'aggiornamento di Istruttori I livello

#### Modulo A: Metodologia dell'insegnamento

1. L'importanza della metodologia dell'insegnamento nel lavoro del tecnico.
2. Le capacità motorie e le capacità coordinative con particolare riferimento al tiro con l'arco.
3. L'elaborazione delle informazioni e L'apprendimento motorio - lo stadio verbale cognitivo - lo stadio motorio - lo stadio autonomo.
4. La proposta di un corso base per progressioni successive (es. Corso Base di Clini prime 20 lezioni o la proposta contenuta nel Manuale FITA di primo livello).
5. I principi della programmazione dell'insegnamento applicati al corso base.
  - a. Gli obiettivi
  - b. La presentazione del compito
  - c. L'individualizzazione
  - d. La variabilità
  - e. L'organizzazione
  - f. La correzione dell'errore



## **Modulo B: Metodologia dell'allenamento**

### **1. Introduzione al concetto di prestazione nel Tiro con l'Arco**

Il **Docente** svilupperà i fattori che determinano la prestazione arcieristica, tra i quali rientrano la forza, la resistenza e l'articolabilità, in modo da fornire l'idea che tra questi e le capacità coordinative vi sia integrazione. Come riferimento per la trattazione di queste capacità ci si può riferire a quanto già previsto nel corso di primo livello valutando, ai fini dell'approfondimento, il tempo ed il livello di conoscenze degli intervenuti. Il testo base utile alla trattazione di questo modulo è quello di R. Finardi: "Formazione allenatori e istruttori" a cura della FITARCO.

### **2. Il sistema delle capacità motorie**

1. Lo sviluppo motorio. Schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive.
2. L'elaborazione delle informazioni: gli analizzatori.
3. Fasi dell'apprendimento delle abilità motorie.  
(Richiamo del punto 3 di metodologia dell'insegnamento. Nel caso in cui il corso di metodologia dell'allenamento fosse tenuto dallo stesso Docente di metodologia dell'insegnamento e/o in tempi ravvicinati, questa parte può essere solo richiamata per completezza di informazione)

### **3. Le capacità coordinative generali e speciali, ruolo e sviluppo nella preparazione dell'arciere.**

1. Mezzi e metodi per lo sviluppo delle capacità coordinative generali e speciali.

### **Programmi per l'aggiornamento di Istruttori Il livello e Allenatori**

Nell'affrontare i seminari in questione, il Docente deve tener conto delle conoscenze pregresse previste nei programmi dei corsi di Il livello ed Allenatori già frequentati dai partecipanti e delle esperienze già maturate dagli stessi, sia in tema di insegnamento che di allenamento. Questo perché il seminario non si risolva in una mera ripetizione di cose già apprese e assimilate e si rivelasse dunque inefficace rispetto ai fini per i quali è organizzato. A tale proposito il Docente dovrà, prima di svolgere il seminario, interloquire con i responsabili della formazione del Comitato Regionale per capire come meglio impostare il seminario, su quali parti incidere di più e su quali fare solo rapidi richiami.

## **Metodologia dell'insegnamento**

### **Modulo C: La comunicazione efficace**

1. La natura della comunicazione.
2. Le regole della comunicazione interpersonale
3. Le tecniche di comunicazione efficace.
4. L'uso didattico della comunicazione: spiegare, dimostrare, correggere.
5. Saper ascoltare
6. La comunicazione verbale e paraverbale.

### **Modulo D: La motivazione dell'atleta**

1. Lo sviluppo della personalità e la motivazione.
2. Aspettative degli atleti ed autoefficacia.
3. La definizione degli obiettivi come fattore motivante.
4. Come motivare atleti di diverse fasce di età e di differente livello motorio  
Osservare l'atleta
  1. Guardare e osservare
  2. Un modello per l'osservazione.
  3. Le interferenze soggettive dell'osservatore
  4. L'atteggiamento dell'osservatore costruttivo.

## **Metodologia dell'allenamento**

### **Modulo E: Dai principi alla programmazione dell'allenamento**

1. I fattori della prestazione sportiva
2. Definizione, concetti e principi generali dell'allenamento
3. Il processo di allenamento di lungo termine - l'allenamento generale di base, di costruzione e giovanile.
4. Principi del carico di lavoro: omeostasi e supercompensazione, aggiustamento ed adattamento; carico esterno e carico interno, rapporto carico - recupero, multilateralità generale e orientata, classificazione delle esercitazioni di allenamento: generale, speciale, di gara e simili.

5. La pianificazione e la programmazione dell'allenamento.
6. La programmazione sui principi della variazione:
  - delle sensazioni;
  - dei vincoli (distanze, misure e forme delle visuali, equilibrio)
  - del carico
7. La costruzione di un piano dell'allenamento e delle relative schede di lavoro.

#### **Modulo F: La Preparazione Tecnica**

1. L'analisi tecnica dell'arciere: l'uso delle griglie d'osservazione.
2. La progressione verso la forma sportiva, intesa come aumento delle capacità d'adattamento dell'organismo.
3. La definizione degli obiettivi in ragione dei periodi di preparazione, agonistico, di transizione.
4. La programmazione dell'allenamento basata sui principi: della variazione delle sensazioni - della variazione dei vincoli (distanza, misure e forma delle visuali, tempi, equilibrio, peso e libbraggio, ecc...) - variazioni di carico
5. Esercizi specifici per la ricerca delle sensazioni, per l'affinamento delle sensazioni, per il rafforzamento delle sensazioni.
6. Gli esercizi di gara
7. L'organizzazione della seduta d'allenamento tecnico.
8. Lavoro tecnico e/ o correzione degli errori.
9. La costruzione di una scheda di programmazione di lavoro tecnico.
10. La costruzione di un piano di allenamento.

## Criteria per l'organizzazione di Corsi di Approfondimento tematico

### Finalità

A seguito delle modifiche contenute nel nuovo Regolamento attuativo dei Corsi per Istruttori, è stato raddoppiato il numero delle ore che compongono il piano di studi, ma neppure questo è sufficiente a consentire un esame completo dei temi proposti e chi si è formato nei corsi organizzati fino ad oggi ha spesso dovuto frequentare stage o seminari specifici aggiuntivi per migliorare o integrare le proprie conoscenze. I corsi di approfondimento tematico si propongono di ridurre il divario tra le conoscenze e le pratiche acquisite nei corsi e quelle necessarie per svolgere l'attività di tecnico con migliore consapevolezza del ruolo.

### Contenuti, modalità organizzative e Crediti

I corsi di Approfondimento dovranno vertere **essenzialmente su un tema** che potrà essere studiato da più punti di vista, mantenendo comunque il suo carattere unitario. Se il tema dell'incontro è, ad esempio, l'arciere compoundista, che assieme all'arciere di arco nudo e longbow trova meno spazio nei programmi di studio dei corsi, si potranno approfondire sia gli aspetti tecnici che quelli legati al materiale e alla sua messa a punto, unitamente a quelli connessi all'allenamento, alla preparazione mentale, ecc...

I **contenuti** sono comunque ricavabili dai temi trattati nei corsi per tecnici, cui si rimanda, che riguardano per ogni divisione: i materiali utilizzati, la loro manutenzione e messa a punto; la tecnica di tiro relativa a ciascuna divisione, la metodologia del suo insegnamento e la metodologia del suo allenamento. Poiché l'accusa frequente fatta ai corsi per tecnici è quella che i Docenti spaziano in teoria e riducono le ore di pratica ed esercitazione, i corsi di approfondimento dovranno prevedere un tempo ragionevole dedicato alla **pratica dei partecipanti**, in ogni caso **non meno di 1/3** dell'intero tempo dedicato.

Il percorso di ciascun tema dovrà essere definito in tutte le sue tappe, anche quelle pratiche, in modo che, in fase di autorizzazione dell'iniziativa, la CFQ (e ovviamente i partecipanti al corso), possa coglierne il carattere unitario.

### Durata

I corsi di Approfondimento tematico non potranno durare, tra parte teorica, pratica e esame finale, meno di 8 ore.

### Esame finale

Consiste in un breve questionario (composto da almeno 15 domande) con il quale il partecipante deve dimostrare di aver compreso i punti chiave del corso. Il tempo per le risposte non supererà i 30 minuti. Risposte date in maniera errata a più di un terzo delle domande **non consentiranno** al partecipante di acquisire i **crediti**, ma solo del certificato di partecipazione.

### Crediti

La frequenza alle prime 8 ore con esame finale consente l'acquisizione di **0,5 crediti**; frazioni aggiuntive di 4 ore e fino a un totale 16 ore danno diritto ad altri **0,5 crediti**. (quindi un corso di approfondimento, auspicabile, che impegna sullo stesso tema fino a 12 ore tra teoria, pratica ed esami finali consente complessivamente di realizzare **1 credito**)

### Docenti

I Docenti per approfondimenti in Metodologia dell'allenamento e Metodologia dell'insegnamento sono **solo** quelli formati a questo scopo dalla FITARCO e presenti nell'elenco ufficiale dei Docenti di metodologia tenuto dalla CFQ. **In subordine** possono essere utilizzati anche Docenti della Scuola regionale dello Sport o, per argomenti specialistici (es. psicologia, fisiologia, biomeccanica ecc...) professionisti della materia. Per approfondimenti su tecnica e materiali possono invece essere utilizzati i Docenti che, per conoscenza ed esperienza **sperimentate**, possano realmente approfondire queste tematiche, **evitando che i corsi siano la mera riproposizione di aspetti già noti**, affrontati nei corsi o in qualche seminario di aggiornamento.

## Regolamento Attuativo Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico Giovanile

### Art.1 - Soggetti organizzatori

- 1.1 Ogni Comitato Regionale singolarmente o, eventualmente, in collaborazione con altri Comitati, con cui coordina l'iniziativa, può istituire, in relazione alle necessità di sviluppo del proprio settore tecnico, **corsi per la formazione di tecnici giovanili** rivolti ai tesserati muniti almeno della qualifica di Istruttore di I livello. Per creare un ordine di priorità, il Comitato darà la precedenza alle domande provenienti da tecnici che abbiano già operato nei settori giovanili delle società.
- 1.2 I corsi sono tenuti preferibilmente con un numero di partecipanti non inferiore a **10**; comunque non saranno consentiti corsi con più di **30** iscritti.
- 1.3 I Comitati Regionali, a norma dell'art. 1.4 del Regolamento dei Tecnici Federali (RTF), nel predisporre annualmente, in collaborazione con la CFQ, il Piano Nazionale dei Corsi, di attività d'aggiornamento e di altre attività attinenti la formazione, **inseriranno anche i corsi per la formazione del tecnico giovanile.**

### Art.2 - Modalità organizzative

- 2.1 Il Comitato Regionale organizzatore, contestualmente alla delibera d'istituzione del corso, nomina un **Responsabile** del corso che risponde sul piano organizzativo e regolamentare alla Federazione (Comitato, CFQ e Uffici preposti a vigilanza e controllo) degli esiti di detto corso. Il Responsabile non può prender parte al Corso né come discente, né come Docente
- 2.1.2 In caso di sopravvenuta impossibilità del Responsabile del Corso ad essere presente, può essere nominato un secondo responsabile purchè risponda ai requisiti previsti dall'Art.2.1
- 2.2 Il Comitato Regionale organizzatore, per ottenere l'autorizzazione preventiva all'effettuazione del corso da parte della CFQ, deve chiedere alla stessa la pubblicazione sul calendario federale ufficiale dei corsi, inviando una richiesta completa dei seguenti elementi:
  - a) **Luogo e date** d'effettuazione del corso e degli esami. Sede/i (aule/ impianti sportivi).
  - b) **Crediti assegnati**
  - c) Il nome del **Responsabile** del corso, del suo eventuale sostituto, e i rispettivi recapiti postali, telefonici ed elettronici.
  - d) Programmi (solo se si apportano variazioni al piano di studi definito dal presente Regolamento)
  - e) La quota di partecipazione e che cosa comprende (es materiale didattico, pranzo, caffè ecc...).
  - f) Dove e come ci si deve iscrivereOttenuta la pubblicazione sul calendario federale Ufficiale, nell'apposita sezione del sito FITARCO, il corso si intende **approvato.**
- 2.3 Al massimo sette giorni lavorativi prima dell'effettuazione del corso, il Comitato Regionale trasmette alla CFQ, per tramite della Segreteria tecnica federale:
  - a) I nominativi degli iscritti per verificare il possesso dei requisiti;
  - b) I nominativi dei Docenti ed il programma orario
- 2.4 Entro 15 gg. dalla data di effettuazione degli esami, il C.R. organizzatore trasmette alla CFQ Nazionale l'esito degli stessi con i nominativi dei tecnici, idonei e non, e le relative attribuzioni di voto. La CFQ trasmette poi l'elenco al Consiglio Federale per la necessaria presa d'atto. **A presa d'atto avvenuta**, Il CR trasmetterà esito e voto finale ai singoli corsisti e consegnerà agli abilitati un diploma che certifica la specializzazione raggiunta, l'anno di conseguimento, il numero di ore di lezione dell'intero corso e i crediti acquisiti.
- 2.5 Al conseguimento della qualifica, la CFQ attribuisce la **specializzazione di Tecnico Giovanile** al tecnico abilitato. La qualifica ha decorrenza dalla data di superamento dell'esame
- 2.6 La CFQ ha la facoltà, anche attraverso propri delegati, di assistere ai corsi ed agli esami, preavvertendo il C.R. organizzatore.

### Art.3 - Requisiti d'ammissione - documentazione

- 3.1 Per poter accedere al Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico Giovanile è necessario essere in possesso di una qualifica tecnica (Istruttore I livello, Istruttore II livello, Allenatore, Allenatore Nazionale, Allenatore IV livello Europeo) ed essere regolarmente iscritti all'Albo Tecnici per l'anno in corso.
- 3.2 Il Tecnico in possesso dei requisiti può presentare la domanda di ammissione al Corso, al proprio o ad altro Comitato, compilando e sottoscrivendo l'apposito modulo.

#### **Art.4 - Docenti - Modalità di svolgimento del Corso**

4.1 I corsi di specializzazione per Tecnici giovanili sono tenuti, in via preferenziale, dai Docenti iscritti all'Albo Docenti Federali con competenze specifiche, in ordine di priorità, nelle seguenti materie:

- Metodologia dell'Insegnamento
- Metodologia dell'Allenamento
- Docenti della Scuola dello Sport del CONI

4.2 Il corso si svolge in **21 ore di attività teorico pratica** più il tempo necessario all'esame.

#### **Art.5 - Programma e suddivisione oraria**

##### Giorno 1

##### **Mattina**

##### **Attività giovanile federale (1 ora)**

- Numeri del movimento sportivo giovanile nazionale e regionale
- Promozione del tiro con l'arco nelle scuole.
- Progetti ed eventi federali giovanili Fitarco.

##### **La motricità come necessità biologica (3 ore)**

- SNC e apparato locomotorio alla base dello sviluppo della motricità.
- Il sistema senso -motorio: la percezione di sé (l'attività propriocettiva) e percezione dell'altro (l'attività estero-cettiva)
- **Schemi motori e posturali di base.** La Piramide della attività motoria.
- Il ruolo del tecnico giovanile nello sviluppo degli schemi motori di base. Polivalenza e multilateralità alla base del carico motorio.
- **Le capacità motorie:** C. Coordinative (generali e speciali); C. Condizionali
- *Le capacità richieste nel tiro con l'arco.*
- *Il ruolo del tecnico giovanile nello sviluppo delle capacità coordinative. Le "Fasi sensibili".*
- *Il ruolo del tecnico giovanile nello sviluppo delle capacità condizionali. Le "Fasi sensibili".*

##### **Pomeriggio**

##### **Le abilità motorie (generali e specifiche) (1 ora)**

- *Le abilità richieste nel tiro con l'arco*
- **L'apprendimento delle abilità.**
- *Le fasi dell'apprendimento: la coordinazione grezza; la coordinazione fine; la disponibilità variabile.*
- *Il ruolo del tecnico giovanile come facilitatore dell'apprendimento del tiro con l'arco*

##### **L'allenamento della tecnica sportiva nella programmazione dell'allenamento a lungo termine (1 ora)**

- Allenamento di base
- Allenamento di costruzione
- Allenamento di transizione
- Allenamento di alta prestazione
- Un possibile percorso di formazione sportiva rapportato all'età.

##### **Il ruolo della comunicazione nel rapporto allievo - tecnico (2 ore)**

*Il modo di comunicare:*

- *Comunicazione interpersonale*
- *Gli aspetti della relazione nella comunicazione*
- *L'uso della punteggiatura nella comunicazione*
- *Gli scambi comunicativi*

## Giorno 2

### **Mattina**

#### **L'organizzazione dell'allenamento giovanile (2 ore)**

- Ricerca e promozione del talento in età giovanile.
- Organizzazione dell'allenamento giovanile.
- La strutturazione del carico nell'età evolutiva.

#### **Stili e metodo di insegnamento (1 ora)**

- Quale stile usare, combinazione tra i diversi stili.
- Scelta del metodo didattico

#### **Didattica dell'errore (1 ora)**

- Osservazione e Analisi
- Diagnosi sulla natura e causa dell'errore
- Correzione come - quando e quanto
- Valutazione del feed back di ritorno (chi, come, quando)
- Valore formativo dell'errore
- Test di controllo adesione all'attività

### **Pomeriggio**

#### **Programmazione didattica applicata al tiro con l'arco (4 ore)**

- Definizione obiettivi didattici
- Organizzazione delle lezioni in funzione degli obiettivi
- Presentazione del compito
- Scelta dei Mezzi e dei Metodi più efficaci per lo svolgimento della lezione
- Osservazione e Valutazione dell'allenamento

## Giorno 3

### **Mattina**

#### **Sessione Pratica, Palestra. divisione in gruppi a rotazione (4 ore)**

- Simulazione didattica Metodologia dell'insegnamento
- Simulazione didattica Metodologia dell'allenamento
- Correzione degli errori

### **Pomeriggio**

- Analisi conclusiva lavori di gruppo (1 ora)
- Valutazione scritta e orale (**tempo necessario**)

## BIBLIOGRAFIA

### Testi di riferimento

- Guida Tecnica Generale dei Centri di Avviamento allo Sport: ed. SdS. Roma 2003
- Tiro con l'arco: Guida Tecnica ed Centri CONI di Avviamento allo Sport Roma
- Allenare l'atleta; Cap. 2° Giorgio Visintin: Lo sviluppo motorio e le capacità coordinative, Ed. SdS 2010
- L'operatore sportivo di base. Dispensa n° 4 di Giorgio Visintin ; <http://www.unikore.it/index.php/scienze-attivita-motoria-sportiva-attivita-didattiche/dispense-e-altri-documenti-condivisi/dispense-2012-2013>
- L'apprendimento nello Sport, Macolin a cura dell'Ufficio Federale dello Sport svizzero: [www4.ti.ch/fileadmin/DECS/SA/US/.../Apprendimento\\_nello\\_sport.pdf](http://www4.ti.ch/fileadmin/DECS/SA/US/.../Apprendimento_nello_sport.pdf)

### Testo facoltativo:

- Il mio sport non è il tuo, di C. Squassabia, L. Spiritelli; Ed. Calzetti Mariucci

## Regolamento Attuativo

### Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico per Arcieri Paralimpici

#### Art.1 - Soggetti organizzatori

- 1.1 Settore Paralimpico federale in collaborazione con la Commissione Formazione Quadri può istituire, in relazione alle necessità di sviluppo del proprio settore tecnico, corsi per la formazione di "Tecnici per Arcieri Paralimpici" rivolti ai tesserati regolarmente iscritti all'Albo dei Tecnici.

#### Art. 2 - Finalità

- 2.1 Il Corso di specializzazione "Tecnico per Arcieri Paralimpici" ha lo scopo di formare personale tecnico debitamente istruito al fine di insegnare la pratica sportiva del Tiro con l'Arco all'interno delle Società, affiliate FITARCO, con particolare attenzione alle Società con tesserati Arcieri Paralimpici.

#### Art.3 - Requisiti d'ammissione

- 3.1 Per poter accedere al Corso per l'acquisizione della Specializzazione di Tecnico per Arcieri Paralimpici è necessario essere in possesso di una delle qualifiche tecniche previste dal Regolamento Tecnici federali FITARCO (Istruttore I livello, Istruttore II livello, Allenatore, Allenatore Nazionale, Allenatore IV livello Europeo, Tecnico Emerito) ed essere regolarmente iscritti nell'Albo dei Tecnici per l'anno in corso.
- 3.2 Il Tecnico in possesso dei requisiti può presentare la domanda di ammissione al Corso, compilando e sottoscrivendo l'apposito modulo.

#### Art.4 - Modalità organizzative

- 4.1 La Segreteria del Settore Paralimpico, d'intesa con la Commissione Formazione Quadri, contestualmente alla delibera d'istituzione del corso nomina un **Responsabile** del corso che ne risponde sul piano organizzativo e regolamentare. Il Responsabile non può prender parte al Corso né come discente, né come Docente. In caso di sopravvenuta impossibilità del Responsabile del Corso ad essere presente, può essere nominato un secondo responsabile.
- 4.2 La segreteria del settore paralimpico federale pubblicherà la Circolare d'indizione del corso, indicando data e luogo di svolgimento, l'ammontare della quota prevista per la partecipazione ed allegando il modulo per la domanda di iscrizione al corso.
- 4.3 La domanda d'iscrizione compilata in ogni sua parte e sottoscritta dalla Società di appartenenza del tecnico e dal Comitato regionale o provinciale di riferimento, dovrà essere trasmessa alla segreteria del Settore Paralimpico per il tramite del Comitato regionale o provinciale.
- 4.4 Una volta chiuse le iscrizioni, verificate le richieste di partecipazione ricevute e controllati i requisiti dei candidati, verrà pubblicata la Circolare a conferma dello svolgimento del Corso, con indicati i nominativi dei tecnici ammessi a prenderne parte, i quali dovranno poi convalidare l'iscrizione al Corso tramite il pagamento della quota di partecipazione secondo le modalità indicate nella Circolare.
- 4.5 I corsi sono tenuti preferibilmente con un numero di partecipanti non inferiore a **10**; comunque non saranno consentiti corsi con più di **30** iscritti.
- 4.6 Al termine degli esami la commissione esaminatrice trasmetterà l'esito degli stessi con i nominativi dei tecnici, idonei e non con le relative attribuzioni di voto, alla Segreteria del Settore Paralimpico che li trasmetterà al Consiglio Federale per la necessaria presa d'atto. A presa d'atto avvenuta la Formazione Quadri attribuirà la **specializzazione di Tecnico per Arcieri Paralimpici** al tecnico abilitato. La specializzazione ha decorrenza dalla data di superamento dell'esame.

#### Art.5 - Docenti - Modalità di svolgimento del Corso

- 5.1 I corsi di specializzazione per Tecnici per Arcieri Paralimpici sono tenuti, in via preferenziale, dai Docenti iscritti all'Albo Docenti Federali in possesso della specifica Specializzazione e che abbiano maturato la necessaria esperienza d'insegnamento in merito.
- 5.2 Potranno altresì ricoprire l'incarico di Docenti del Corso i Classificatori Nazionali ed Internazionali, regolarmente inseriti nei ruoli delle rispettive Commissioni classificatrici, nonché quei professionisti che si siano distinti per competenza in merito alla pratica sportiva applicata a persone diversamente abili.
- 5.3 In mancanza del personale docente di cui sopra potranno essere chiamati a ricoprire l'incarico di Docenti del Corso, i Docenti della Scuola dello Sport, purché l'Area tematica di loro pertinenza sia circoscritta alla sola teoria.
- 5.4 Il Programma del corso è suddiviso in 3 distinte Aree tematiche: Area Tecnica, Area Medica, Area Psicologica
- 5.5 Il corso si articola in **24 ore di attività teorico pratica** a cui va aggiunto il **tempo necessario all'esame**.
- 5.6 La prova d'esame è composta da una prova scritta ed un colloquio orale
- 5.7 Fanno parte della Commissione di valutazione tutti coloro che hanno svolto attività di docenza. Alle prove d'esame è obbligatoria la presenza di almeno due (2) docenti di cui uno (1) dell'area tecnica e del responsabile designato dalla FITARCO.



## BIBLIOGRAFIA

### Testi di riferimento

Regolamento Tecnico 2022 - libro 3 - capitolo 21

Regolamento attuativo classificazioni mediche funzionali