



FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

*SCUOLA NAZIONALE MAESTRI*  
PROGRAMMA DI ATTIVITÀ 2013/2014

APPROVATO DAL CONSIGLIO FEDERALE FIGS DEL 25 MAGGIO 2013

# INDICE

## TITOLO I

### CAPO I – IL SISTEMA DEI CREDITI

- Art. 1) Il sistema dei crediti.
- Art. 2) Il calcolo dei crediti.
- Art. 3) Crediti per carico di lavoro.
- Art. 4) Crediti per apprendimento.
- Art. 5) Crediti per attività in qualità di tecnico federale.
- Art. 6) Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo.
- Art. 7) Crediti per produzione scientifica ed incarichi di docenza.
- Art. 8) Tabella dei crediti per abilità individuali e conoscenze personali.
- Art. 9) Crediti minimi necessari per ogni livello.
- Art. 10) Schemi riassuntivi del percorso di formazione.

## TITOLO II

### CAPO I – MODELLI DIDATTICI

- Art. 11) Modelli didattici, criteri, titoli, documentazioni e condizioni per l'ammissione ai corsi ed agli esami.

### CAPO II – CORSI

- Art. 12) Generalità.
- Art. 13) Assistente Istruttore di squash.
- Art. 14) Istruttore di squash.
- Art. 15) Allenatore di squash.
- Art. 16) Maestro di squash.
- Art. 17) Corso abilitante per Preparatore fisico.
- Art. 18) Corso abilitante per Promotore sportivo di squash.
- Art. 19) Corso per specializzazione in attività giovanile.

### CAPO III – ESAMI

- Art. 20) Generalità.

### CAPO IV – CORSI DI AGGIORNAMENTO

- Art. 21) Generalità.
- Art. 22) Corso di aggiornamento per Assistente Istruttore di squash e per Istruttore di squash.
- Art. 23) Corso di aggiornamento per Allenatore di squash e per Maestro di squash.

### CAPO V – ALBO DEI TECNICI FEDERALI

- Art. 24) Albo dei Tecnici Federali.

## TITOLO III

### CAPO I - PROGRAMMA DI ATTIVITÀ E PIANO DI SPESE

- Art. 25) Programma di attività e piano di spese.
- Art. 26) Norma finale.

Allegati

## TITOLO I

### CAPO I – IL SISTEMA DEI CREDITI

#### Art. 1 – Il sistema dei crediti

- a) Attraverso il sistema dei crediti è possibile scomporre, in unità, una qualifica o gli obiettivi di un programma. Queste unità devono essere definite in termini di *conoscenza e/o di abilità*.
- b) Alle unità vengono attribuiti punti/credito in rapporto al volume di lavoro previsto e, quindi, all'importanza relativa di quelle unità per concorrere alla qualifica finale.
- c) Le competenze acquisite dovranno, comunque, essere oggetto di valutazione, indipendentemente dal percorso formativo che è seguito.

#### Art. 2 – Il calcolo dei crediti

- a) Il modello del sistema di qualifica dei tecnici sportivi assegna un credito ogni 24 ore di carico di lavoro. Per carico di lavoro s'intende un rapporto variabile tra attività guidata da un docente durante il corso di formazione (sia lezioni teoriche, sia lezioni pratiche), ed attività di studio personale a casa per consolidare ed approfondire gli argomenti trattati nelle attività guidate.
- b) Si assegnano inoltre crediti per attività di ricerca e di produzione, per apprendimento e per abilità individuali.

#### Art. 3 – Crediti per carico di lavoro

Il modello del sistema di qualifica dei tecnici sportivi assegna a ciascun punto/credito 24 ore di lavoro, di cui, mediamente:

1. dalle 5 alle 8 ore, sono di lezioni frontali, guidate da un docente durante il corso di formazione;
2. dalle 16 alle 19 ore sono di studio personale, a casa, per consolidare ed approfondire gli argomenti trattati nelle attività guidate.

#### Art. 4 – Crediti per apprendimento

- a) I crediti per apprendimento informale, sono valutati in relazione alle attività pratiche svolte giornalmente, che non portano ad una certificazione, ma vengono svolte nella normale vita quotidiana (es. il soggetto, nell'attività lavorativa, coordina un gruppo di persone, svolge attività sportiva amatoriale, ecc.).
- b) I crediti per apprendimento non formale, sono valutati in relazione alle attività pratiche, svolte in campi non specifici per il settore sportivo, ma che contengono elementi comunque importanti (es. utilizzo di strumenti informatici, conoscenza delle lingue, ecc.).
- c) I crediti per apprendimento formale, sono valutati in relazione alla partecipazione dei tecnici federali ai corsi di aggiornamento che la Figs organizza annualmente.
- d) I crediti per apprendimento formale, informale e non formale sono attribuiti, dalla Scuola Nazionale Maestri, nelle quantità previste dalla tabella di cui al successivo Art. 8.

#### Art. 5 – Crediti per attività in qualità di tecnico federale

Il tecnico, già in possesso di qualifica, che intende accedere al livello superiore, ottiene un numero di crediti calcolato in relazione all'attività svolta negli ultimi 18 mesi (es. continuità nell'attività didattica, svolgimento di attività giovanile, preparazione di atleti di livello nazionale e/o internazionale, ecc.)

#### Art. 6 – Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo

- a) Per l'acquisizione dei crediti relativi all'appartenenza, in qualità di atleta, alle categorie agonistiche, gli interessati devono essere stati inclusi nella classifica operativa nazionale Figs almeno in una delle ultime sei stagioni agonistiche.
- b) Per l'acquisizione dei crediti relativi all'appartenenza al gruppo degli "atleti di interesse internazionale", gli interessati devono essere stati classificati in tale ambito in una delle ultime otto stagioni agonistiche.

- c) Per l'acquisizione dei crediti relativi alle qualifiche di arbitro, di giudice di gara e di dirigente, gli interessati devono essere stati qualificati in tale ambito in una delle ultime otto stagioni.
- d) I crediti relativi alla qualifica di dirigente sono utilizzabili solamente per conseguimento della qualifica di maestro di squash.

**Art. 7 – Crediti per produzione scientifica ed incarichi di docenza**

- a) I crediti per produzione scientifica ed incarichi di docenza sono attribuiti, dalla Scuola Nazionale Maestri, nelle quantità previste dalla tabella di cui al successivo Art. 8, in seguito alla produzione di testi ed all'attività di ricerca aventi una consistente base teorica ed una coerente parte applicativa.
- b) I crediti relativi alla produzione scientifica e ad incarichi di docenza sono utilizzabili solamente per conseguimento delle qualifiche di allenatore e di maestro di squash.

**Art. 8 – Tabella dei crediti per abilità individuali e conoscenze personali**

CATEGORIA	CREDITI
<b>Crediti per apprendimento (<i>cumulabili</i>)</b>	
Apprendimento formale	da ½ a 4
Apprendimento informale	da ½ a 2
Apprendimento non formale	da ½ a 2
<b>Crediti per attività in qualità di Tecnico federale (<i>non cumulabili</i>)</b>	
Direttore tecnico delle Squadre Nazionali	10
Allenatore delle Squadre Nazionali	8
Tecnico federale	da 1 a 6
<b>Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo (<i>non cumulabili</i>)</b>	
Atleta agonista di categoria "NC"	1
Atleta agonista di categoria "C"	3
Atleta agonista di categoria "B"	4
Atleta agonista di categoria "A"	5
Atleta agonista di interesse internazionale	6
<b>Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo (<i>cumulabili</i>)</b>	
Arbitro nazionale e /o internazionale	da 1 a 3
Giudice di gara nazionale e /o internazionale	da 1 a 3
Dirigente nazionale e /o internazionale	da 1 a 3
<b>Crediti per produzione scientifica ed incarichi di docenza (<i>cumulabili</i>)</b>	
Attività di ricerca e pubblicazioni tecnico scientifiche a livello nazionale	da 1 a 3
Docenza in materie tecnico scientifiche relative allo sport	da 1 a 3
Partecipazione come relatore a convegni nazionali od internazionali	da 1 a 3

I crediti per abilità individuali sono conseguiti attraverso una valutazione, fatta dalla Scuola Nazionale Maestri, in base al curriculum personale di attività pratiche, inerenti il gioco dello squash, presentato dall'interessato. Sono utilizzabili sull'intero percorso formativo, partendo dal primo livello utile (assistente istruttore di squash) e cumulandoli in modo tale che possano essere utilizzati per più livelli di formazione. (Un aspirante tecnico che è stato od è atleta di interesse internazionale acquisisce 6 crediti che possono essere così utilizzati: 3 per la qualifica di assistente istruttore di squash - 100% dei crediti necessari per abilità e 3 per la qualifica di Istruttore di squash - 50% dei crediti necessari per abilità).

**Art. 9 – Crediti minimi necessari per ogni livello**

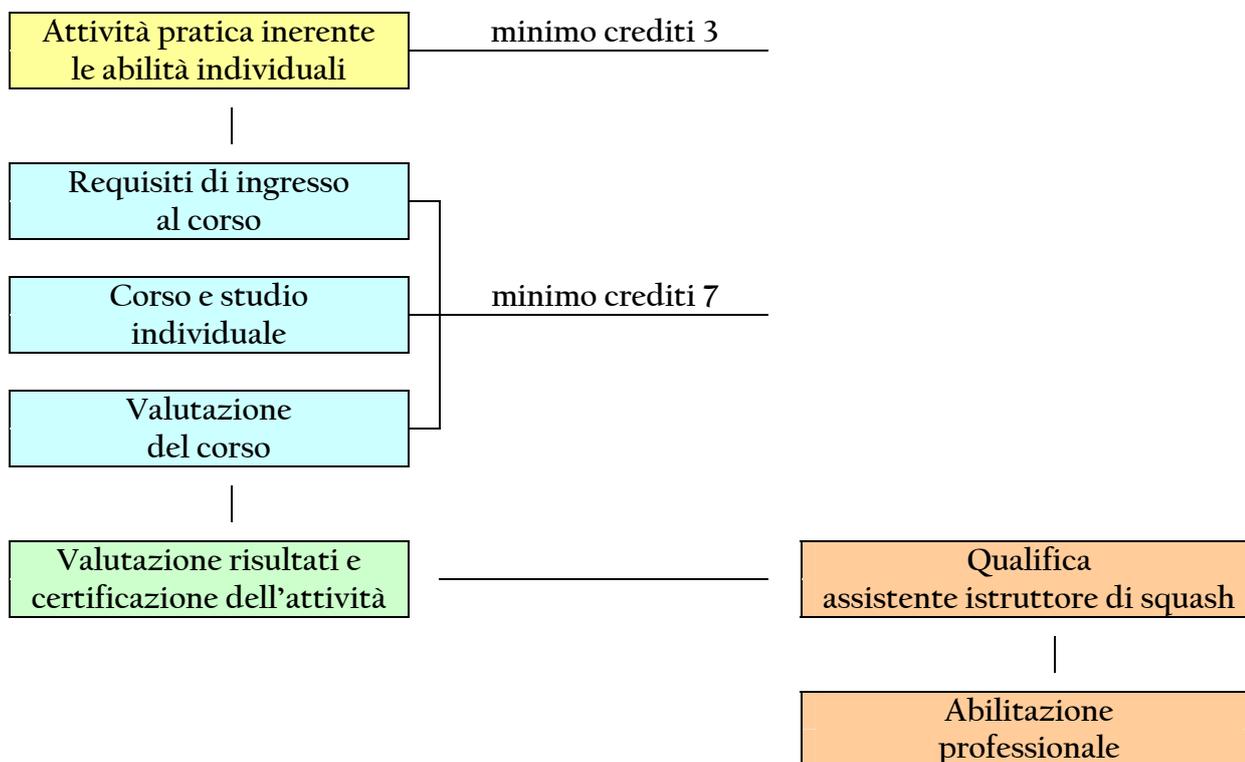
Nella seguente tabella sono riassunti i crediti minimi necessari per ogni livello, distinti in crediti relativi alle abilità individuali e crediti relativi alle conoscenze.

	Crediti per abilità	Crediti per conoscenze	Totale Crediti
Assistente Istruttore di squash	3	7	10
Istruttore di squash	6	14	20
Allenatore di squash	6	14	20
Maestro di squash	10	40	50

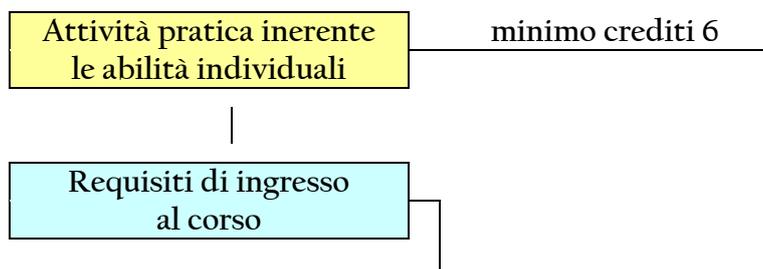
#### Art. 10 – Schemi riassuntivi del percorso di formazione

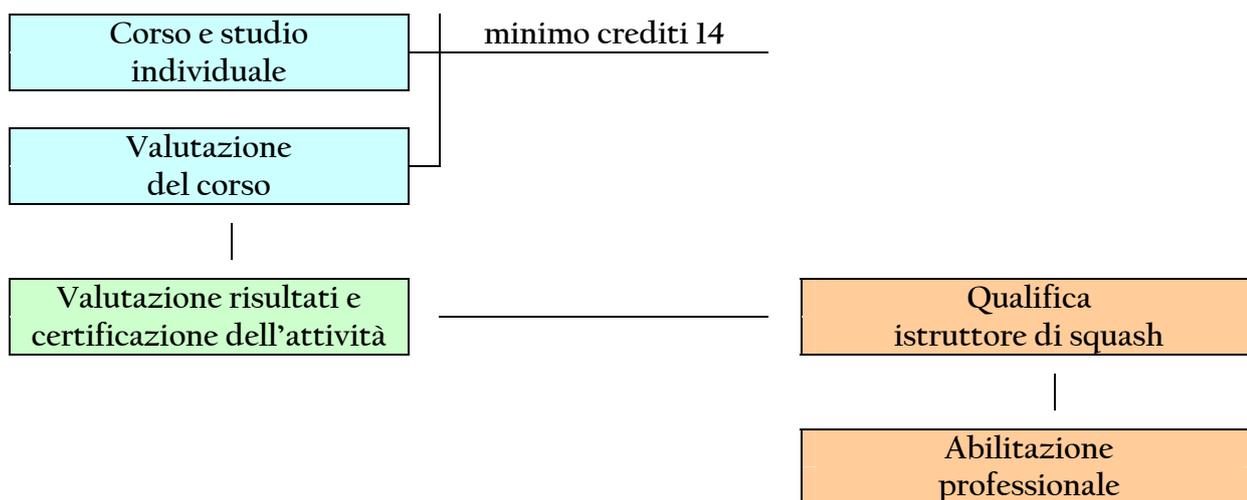
- Il modello del sistema di qualifica prevede che i tecnici sportivi e le altre figure specializzate, una volta conseguita la qualifica, debbano anche essere titolari di una abilitazione a svolgere le proprie attività. Sono abilitati all'insegnamento dello squash presso gli affiliati coloro che, avendo superato i corsi organizzati dalla Figs, sono iscritti nell'albo dei tecnici federali.
- L'iscrizione all'albo dei tecnici federali avviene secondo quanto previsto dall'art. 20 del regolamento dei tecnici federali.

#### Percorso formativo del I° livello

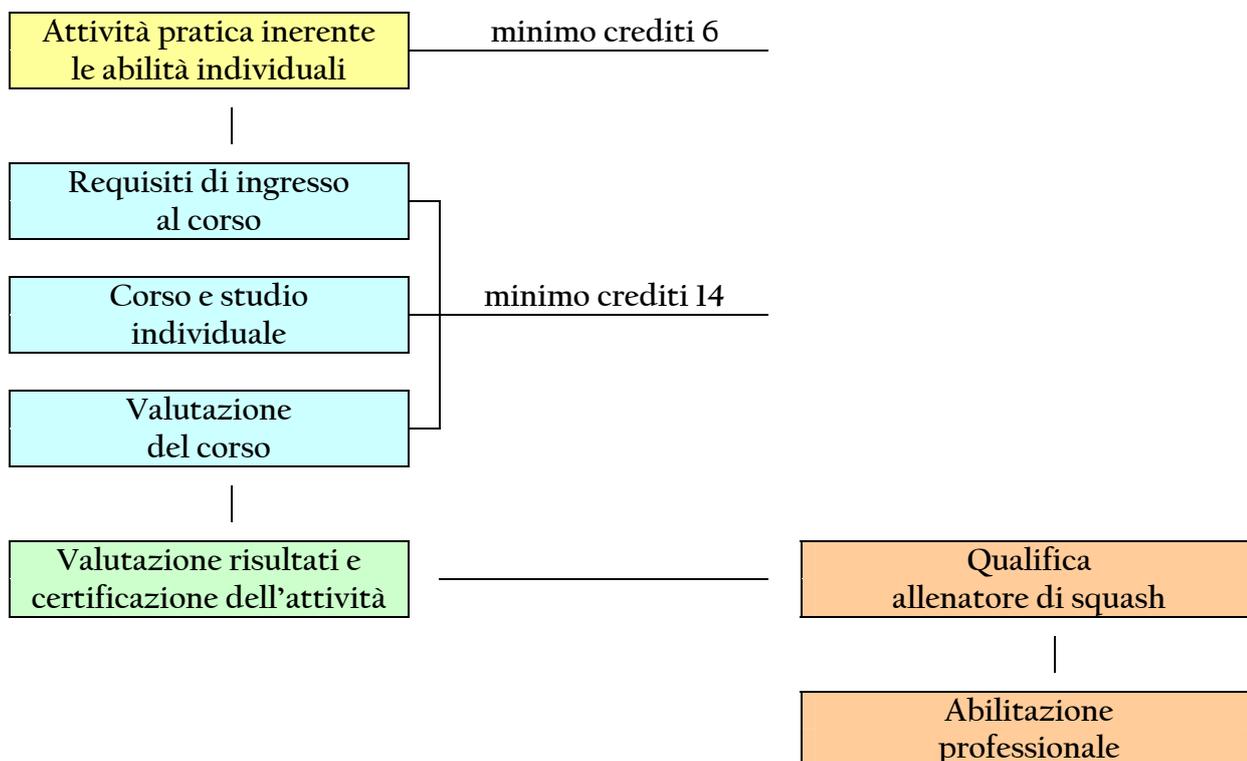


#### Percorso formativo del III° livello



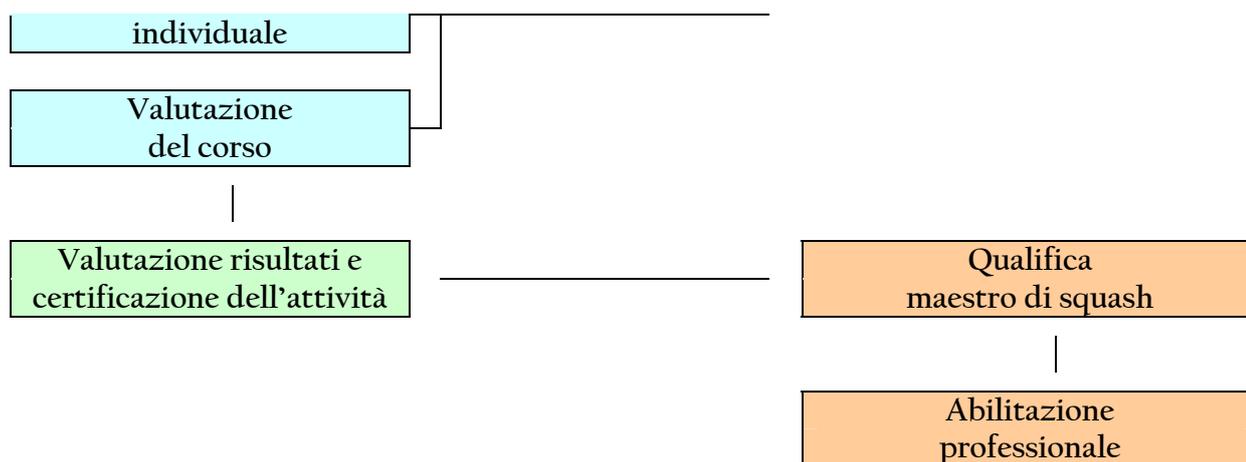


Percorso formativo del III° livello



Percorso formativo del IV° livello





## TITOLO II

### CAPO I – MODELLI DIDATTICI

#### Art. II – Modelli didattici, criteri, titoli, documentazioni e condizioni per l'ammissione ai corsi ed agli esami

La Scuola Nazionale Maestri, in relazione a quanto previsto dall'articolo 8 del regolamento dei tecnici federali, ha fissato, per la stagione agonistica 2011/2012, i seguenti criteri, titoli, documentazioni, modelli didattici e condizioni per l'ammissione ai corsi ed agli esami organizzati per la formazione dei tecnici federali.

#### CAPO II – CORSI

##### Art. 12 – Generalità

- a) Il conseguimento delle qualifiche per l'abilitazione all'insegnamento dello squash avviene in ordine sequenziale secondo la seguente progressione:
  1. assistente istruttore di squash,
  2. istruttore di squash,
  3. allenatore di squash,
  4. maestro di Squash.
- b) Il tecnico non potrà, dunque, richiedere il riconoscimento di una qualifica se non ha già conseguito quella inferiore.

##### Art. 13 – Assistente istruttore di squash

- a) Le caratteristiche della qualifica ed i requisiti richiesti per l'ammissione al corso di assistente istruttore di Squash sono previsti dall'articolo 14 del regolamento dei tecnici federali.
- b) Le domande d'iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- c) Per il conseguimento della qualifica devono essere conseguiti almeno 10 crediti di cui minimo 3 per abilità (attività pratica inerente le abilità individuali) e minimo 7 per conoscenze (corso e studio individuale).
- d) Il corso si svolgerà in due sessioni di lavoro, della durata di 3 giorni (venerdì – sabato – domenica), ed una sessione d'esame della durata di un giorno.
- e) A quanti abbiano frequentato almeno i 4/5 delle lezioni previste sarà rilasciato un certificato di partecipazione al corso.
- f) L'esame consisterà nella valutazione dell'apprendimento che avverrà, alla fine del corso, con prova teorica (test scritto e colloquio) e prova pratica. Lo stesso si svolgerà così come previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.

- g) L'esame, di cui al precedente punto f), varrà anche come abilitazione all'insegnamento per il primo anno di attività. Dall'anno successivo, al fine di essere attivi nella loro qualifica, e, quindi, di essere abilitati all'insegnamento, gli assistenti istruttori di Squash devono aver ottemperato a quanto previsto dal regolamento dei tecnici federali (punti 9 e 10 dell'articolo 20 e punto 1 dell'articolo 21).
- h) Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

***Conoscenze specifiche della tecnica e della tattica per lo squash***

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
	3	14	58
<i>Tecnica di base (impugnatura, diritto, rovescio, boast, kill, volo, il lungo linea, l'incrociato, il lob, il servizio, la risposta)</i>		8	34
<i>Gli spostamenti in campo (posizione di partenza, avanzamento, arretramento, spostamenti laterali)</i>		2	8
<i>Affondi e stabilizzazione</i>		2	8
<i>Lo Swing</i>		2	8
<i>Analisi della sequenza del movimento completo</i>		2	8
<b><i>Conoscenze generali per condurre una seduta di allenamento</i></b>			
<b>Allenamento e competizione</b>	3	14	58
<i>Principi di somministrazione del carico</i>		4	16
<i>Organizzazione della seduta di allenamento</i>		2	8
<i>Capacità motorie</i>		4	16
<i>Capacità motorie applicate alle Tecniche di base</i>		2	8
<i>Somministrazione dei test</i>		2	10
<b>Insegnamento e gestione</b>	1	5	19
<i>Ruolo e responsabilità del tecnico di 1° livello</i>		1	4
<i>Comunicazione allenatore-atleta</i>		2	8
<i>Osservazione e valutazione del comportamento tecnico tattico</i>		1	4
<i>Gestione condizioni di sicurezza degli atleti</i>		1	3
<b>TOTALE</b>	<b>7</b>	<b>33</b>	<b>135</b>

**Art. 14 – Istruttore di squash**

- a) Le caratteristiche della qualifica ed i requisiti richiesti per l'ammissione al corso di istruttore di squash sono previsti dall'articolo 15 del regolamento dei tecnici federali.
- b) Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- c) Per il conseguimento della qualifica, in aggiunta ai crediti già conseguiti per l'ottenimento della qualifica inferiore, dovranno essere conseguiti almeno 20 crediti di cui minimo 6 per abilità (attività pratica inerente le abilità individuali) e minimo 14 per conoscenze (corso e studio individuale).
- d) Il corso si svolgerà in quattro sessioni di lavoro, della durata di 3 giorni (venerdì – sabato – domenica), ed una sessione d'esame della durata di un giorno.
- e) A quanti abbiano frequentato almeno i 4/5 delle lezioni previste sarà rilasciato un certificato di partecipazione al corso.
- f) L'esame consisterà nella valutazione dell'apprendimento che avverrà, alla fine del corso, con prova teorica (test scritto e colloquio) e prova pratica. Lo stesso si svolgerà così come previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.
- g) L'esame, di cui al precedente punto f), varrà anche come abilitazione all'insegnamento per il primo anno di attività. Dall'anno successivo, al fine di essere attivi nella loro qualifica, e, quindi, di essere abilitati all'insegnamento, gli istruttori di squash dovranno aver ottemperato a quanto previsto dal regolamento dei tecnici federali (punti 9 e 10 dell'articolo 20 e punto 1 dell'articolo 21).
- h) Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

***Conoscenze specifiche della tecnica e della tattica per lo Squash***

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
	3	14	58
<i>Tecnica adattata alle caratteristiche dell'allievo(impugnatura, diritto, rovescio, boast, kill, volo, il lungo linea, l'incrociato, il lob, il servizio, la risposta)</i>		4	18
<i>Gli spostamenti in campo adattati alle caratteristiche dell'allievo (posizione di partenza, avanzamento, arretramento, spostamenti laterali)</i>		4	16
<i>Affondi e stabilizzazione adattata alle caratteristiche dell'allievo</i>		2	8
<i>Lo Swing Analisi della sequenza del movimento completo</i>		2	8
<i>Tattica applicata e adattata alle caratteristiche dell'allievo e dell'avversario</i>		2	8
<b><i>Conoscenze per condurre una seduta di allenamento</i></b>			
<b><i>Generali</i></b>	3	14	58
<i>Conduzione ed organizzazione della seduta di allenamento</i>		4	18
<i>Programmazione allenamento a medio termine</i>		4	16
<i>Gestione di un gruppo di atleti</i>		1	4
<i>Valutazione atleti in fase di allenamento e di competizione</i>		2	8
<i>Somministrazione e analisi risultati test</i>		2	8
<i>Predisporre relazioni verbali e scritte</i>		1	4
<b><i>Allenamento e competizione</i></b>	4	20	76
<i>Principi di programmazione del carico a breve e medio termine</i>		6	24
<i>Conoscenza delle caratteristiche scientifiche del modello di prestazione della propria disciplina sportiva</i>		6	24
<i>Applicazione delle tecniche nel contesto tattico ed in relazione ai propri atleti</i>		4	14
<i>Costruzione e gestione dei mezzi di valutazione dell' allenamento e della gara</i>		4	14
<b><i>Insegnamento e gestione</i></b>	4	20	76
<i>Principi di somministrazione del carico e di insegnamento e apprendimento a breve e medio termine</i>		4	16
<i>Utilizzo appropriato degli stili di insegnamento</i>		2	8
<i>Correzione dell'errore</i>		4	16
<i>Basi scientifiche dell'apprendimento motorio (neuroscienza)</i>		2	8
<i>Valutazione del comportamento tecnico/tattico</i>		4	14
<i>Ruolo e responsabilità del tecnico di 2° livello</i>		2	8
<i>Organizzazione gestione condizioni di sicurezza degli atleti e dell'ambiente</i>		2	6
<b>TOTALE</b>	<b>14</b>	<b>68</b>	<b>268</b>

#### **Art. 15 – Allenatore di squash**

- Le caratteristiche della qualifica ed i requisiti richiesti per l'ammissione al corso di allenatore di squash sono previsti dall'articolo 16 del regolamento dei tecnici federali.
- Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- Per il conseguimento della qualifica, in aggiunta ai crediti già conseguiti per l'ottenimento della qualifica inferiore, dovranno essere conseguiti minimo 20 crediti di cui minimo 6 per abilità (attività pratica inerente le abilità individuali) e minimo 14 per conoscenze (corso e studio individuale).

- d) Il corso si svolgerà in quattro sessioni di lavoro, della durata di 3 giorni (venerdì – sabato – domenica), ed una sessione d'esame della durata di un giorno.
- e) A quanti abbiano frequentato almeno i 4/5 delle lezioni previste sarà rilasciato un certificato di partecipazione al corso.
- f) L'esame consisterà nella valutazione dell'apprendimento che avverrà, alla fine del corso, con prova teorica (test scritto e colloquio) e prova pratica. Lo stesso si svolgerà così come previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.
- g) Al fine di essere attivi nella loro qualifica, e, quindi, di essere abilitati all'insegnamento, gli allenatori di squash dovranno aver ottemperato a quanto previsto dal regolamento dei tecnici federali (punti 9 e 10 dell'articolo 20 e punto 1 dell'articolo 21).
- h) Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
<b><i>Conoscenze specifiche della tecnica e della tattica per lo squash</i></b>			
	2	10	38
<i>Biomeccanica del movimento e videoanalisi</i>		5	19
<i>Video analisi di una partita ai fini della valutazione del modello di prestazione</i>		5	19
<b><i>Conoscenze generali per condurre una seduta di allenamento</i></b>			
<b><i>Generali</i></b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>38</b>
<i>Programmazione allenamento a lungo termine</i>		2	8
<i>Gestione di atleti e squadre in situazioni complesse</i>		2	7
<i>Valutazione atleti in fase di allenamento e di competizione</i>		2	8
<i>Analisi risultati test e creazione di programmi allenamento specifici;</i>		2	7
<i>Predisporre relazioni verbali e scritte.</i>		2	8
<b><i>Allenamento e competizione</i></b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>76</b>
<i>Principi di programmazione del carico a lungo termine</i>		4	16
<i>Conoscenza delle caratteristiche scientifiche del modello di prestazione della propria disciplina sportiva al fine di individualizzare il programma anche in funzione dell'età e del contesto (ambiente, psicologia...)</i>		4	16
<i>Valutazione dell'allenamento tecnico tattico in funzione del contesto strategico (fasi del torneo, qualifiche, scelta atleti, turn-over, scelta delle competizioni)</i>		4	14
<i>Costruzione e gestione dei mezzi di valutazione dello allenamento e della gara</i>		4	16
<i>Utilizzare strumenti complessi per la valutazione integrata dell'allenamento e della gara</i>		4	14
<b><i>Insegnamento e gestione</i></b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>76</b>
<i>Principi di somministrazione del carico e di insegnamento ed apprendimento lungo termine</i>		4	16
<i>Utilizzo appropriato degli stili di insegnamento</i>		2	8
<i>Conoscenza delle basi scientifiche del comportamento tecnico tattico e della sua valutazione (es psicologia cognitiva, stili attentivi, memoria, nuove tecnologie, ecc.);</i>		2	8
<i>Basi scientifiche dell'apprendimento motorio (neuroscienza)</i>		2	8
<i>Conoscenza degli elementi per la ricerca del talento</i>		4	16
<i>Gestione di team tecnici</i>		2	8
<i>Ruolo e responsabilità del tecnico di 3° livello</i>		2	6
<i>Organizzazione e gestione delle condizioni di sicurezza degli atleti e dell'ambiente</i>		2	6

Formazione e ricerca	2	10	38
<i>Costruzione e gestione di sessioni di lezioni sia pratiche che teoriche</i>		5	19
<i>Utilizzo dei mezzi di indagine e gestione dei dati</i>		5	19
<b>TOTALE</b>	<b>14</b>	<b>70</b>	<b>266</b>

#### Art. 16 – Maestro di squash

- Le caratteristiche della qualifica ed i requisiti richiesti per l'ammissione al corso di maestro di squash sono previsti dall'articolo 17 del regolamento dei tecnici federali.
- Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- Per il conseguimento della qualifica, in aggiunta ai crediti già conseguiti per l'ottenimento della qualifica inferiore, devono essere conseguiti almeno 50 crediti di cui minimo 10 per abilità (attività pratica inerente le abilità individuali) e minimo 40 per conoscenze (corso e studio individuale). I crediti relativi alle abilità devono essere ottenuti tramite attività svolte dopo il conseguimento della qualifica di terzo livello.
- Il corso si svolgerà in dieci sessioni di lavoro, della durata di 3 giorni (venerdì – sabato – domenica), ed una sessione d'esame della durata di un giorno.
- A quanti abbiano frequentato almeno i 4/5 delle lezioni previste sarà rilasciato un certificato di partecipazione al corso.
- L'esame consisterà nella valutazione dell'apprendimento che avverrà, alla fine del corso, con prova teorica (test scritto e colloquio) e prova pratica. Lo stesso si svolgerà così come previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.
- Al fine di essere attivi nella loro qualifica, e, quindi, di essere abilitati all'insegnamento, i maestri di squash devono aver ottemperato a quanto previsto dal regolamento dei tecnici federali (punti 9 e 10 dell'articolo 20 e punto 1 dell'articolo 21).
- Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

#### *Conoscenze specifiche della tecnica e della tattica per lo Squash*

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
	5	24	96
<i>Video analisi di una partita ai fini tecnici</i>		6	24
<i>Video analisi di una partita ai fini tattici</i>		6	24
<i>Video analisi di una partita ai fini biomeccanici</i>		6	24
<i>Video analisi di una partita ai fini psicologici</i>		6	24
<b><i>Conoscenze generali per condurre una seduta di allenamento</i></b>			
<b>Generali</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>192</b>
<i>Analisi critica di complessi piani di allenamento e competizione</i>		8	32
<i>Capacità di relazionare con termini appropriati e con argomentazione scientifica avanzata</i>		8	32
<i>Pratica di campo di alto livello</i>		8	32
<i>Gestione di atleti e squadre in situazioni complesse</i>		8	32
<i>Valutazione atleti in fase di allenamento e di competizione</i>		8	32
<i>Analisi risultati test e creazione di programmi allenamento specifici</i>		8	32
<b>Allenamento e competizione</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>192</b>
<i>Principi di programmazione del carico a lungo termine</i>		12	48
<i>Conoscenza delle caratteristiche scientifiche del modello di prestazione della propria disciplina sportiva al fine di individualizzare il programma anche in funzione dell'età e del contesto (ambiente, psicologia...)</i>		12	48

<i>Valutazione dell'allenamento tecnico tattico in funzione del contesto strategico (fasi del torneo, qualifiche, scelta atleti, turn-over, scelta delle competizioni)</i>		8	32
<i>Costruzione e gestione dei mezzi di valutazione dell'allenamento e della gara</i>		8	32
<i>Utilizzazione di strumenti complessi per la valutazione integrata dell'allenamento e della gara</i>		8	32
<b>Insegnamento e gestione</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>96</b>
<i>Principi di analisi del contesto e pianificazione strategica</i>		8	32
<i>Programmazione delle carriere per atleti e tecnici</i>		8	32
<i>Gestione del conflitto</i>		4	16
<i>Gestione di team complessi di professionisti (atleti e tecnici)</i>		4	16
<b>Formazione e ricerca</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>192</b>
<i>Costruzione e gestione di piani di curricula di formazione</i>		12	48
<i>Costruzione di modelli di ricerca</i>		12	48
<i>Comprensione e gestione dati ottenuti con nuove tecnologie</i>		12	48
<i>Elaborazione statistica dei dati</i>		12	48
<b>TOTALE</b>	<b>40</b>	<b>192</b>	<b>768</b>

#### **Art. 17 – Corso abilitante per preparatore fisico**

- a) Le caratteristiche della qualifica ed i requisiti richiesti per l'ammissione al corso abilitante per preparatore fisico sono previsti dall'articolo 19 del regolamento dei tecnici federali.
- b) Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla Segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- c) Per il conseguimento della qualifica devono essere conseguiti almeno 50 crediti cumulativi tra qualifiche tecniche ottenute precedentemente e almeno 20 ottenuti da formazione specifica per preparatore fisico.
- d) Il corso si svolgerà in cinque sessioni di lavoro, della durata di 3 giorni (venerdì – sabato – domenica), ed una sessione d'esame della durata di un giorno.
- e) A quanti abbiano frequentato almeno i 4/5 delle lezioni previste sarà rilasciato un certificato di partecipazione al corso.
- f) L'esame consisterà nella valutazione dell'apprendimento che avverrà, alla fine del corso, con prova teorica (test scritto e colloquio) e prova pratica. Lo stesso si svolgerà così come previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.
- g) L'esame, di cui al precedente punto f), varrà anche come abilitazione all'insegnamento per il primo anno di attività. Dall'anno successivo, al fine di essere attivi nella loro qualifica, e, quindi, di essere abilitati all'insegnamento, i preparatori fisici di squash dovranno aver ottemperato a quanto previsto dal regolamento dei tecnici federali (punti 9 e 10 dell'articolo 20 e punto 1 dell'articolo 21).
- h) Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

#### ***Conoscenze specifiche della tecnica e della tattica per lo Squash***

	<b>Crediti</b>	<b>ore di lezione</b>	<b>ore di studio</b>
	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>192</b>
<i>Biomeccanica del movimento applicata allo squash</i>		16	64
<i>Biomeccanica del movimento e videoanalisi</i>		16	64
<i>Video analisi di una partita</i>		8	32
<i>Test da campo</i>		8	32
<b><i>Conoscenze generali per condurre una seduta di allenamento</i></b>			

	10	48	192
<i>Modello di prestazione nello squash</i>		4	16
<i>Analisi del processo di allenamento</i>		4	16
<i>Pianificazione del processo di allenamento</i>		4	16
<i>Organizzazione del processo di allenamento</i>		4	16
<i>Allenamento e periodizzazione</i>		4	16
<i>L'allenamento delle capacità condizionali "forza"</i>		2	8
<i>L'allenamento delle capacità condizionali "rapidità"</i>		2	8
<i>L'allenamento delle capacità condizionali "mobilità articolare"</i>		2	8
<i>L'allenamento delle capacità condizionali "capacità coordinative"</i>		2	8
<i>Fattori che influenzano la prestazione (riscaldamento, recupero, ambiente)</i>		6	24
<i>L'allenamento per la salute (prevenzione e recupero dopo infortuni)</i>		2	8
<i>Alimentazione (generale, pre gara, post gara ....)</i>		8	32
<i>Relazione tecnica ed analisi dei risultati</i>		4	16
<b>TOTALE</b>	<b>20</b>	<b>96</b>	<b>384</b>

#### **Art. 18 – Corso per promotore sportivo per lo squash**

- a) Al fine di formare nuove figure dirigenziali, orientate alla promozione sportiva ed allo sviluppo di "impresa e lavoro" nel comparto sport, si istituisce un percorso formativo finalizzato alla creazione di una nuova figura dirigenziale, denominata "Promotore Sportivo". Contestualizzando le azioni formative all'interno di "reti di sostegno", quali quelle garantite da un sistema associativo, si punta a creare, all'interno dell'associazionismo sportivo, un ambiente favorevole all'autoimprenditorialità.
- b) Il corso per promotore sportivo è un itinerario di specifico apprendimento, in riferimento alla realtà nella quale il promotore sportivo si trova ad operare. Allo scopo saranno approntati progetti specifici per lo sviluppo, nel territorio, di servizi sportivi (circoli culturali sportivi, Cral, dopolavoro, circoli culturali e sportivi studenteschi, circuiti di attività giovanile, iniziative di formazione a sostegno ed altro) con finalità educative.
- c) Il percorso formativo prevede:
  - i. l'organizzazione di:
    - i. interventi propedeutici (convegni, seminari, itinerari di approfondimento, ecc.) sia a livello nazionale, sia decentrato, sui temi della promozione dell'impresa e del lavoro nel comparto sport e, nello specifico, nello squash;
    - ii. itinerari sperimentali di formazione/lavoro per promotori sportivi, in ambito nazionale e territoriale, destinati a: gestori ed a lavoratori presso strutture nelle quali siano presenti campi da squash; appassionati di squash che vogliano trasformare la loro passione in un lavoro; a tutti coloro, giovani e meno giovani, abili e meno abili nella tecnica dello squash, che vogliano contribuire a promuovere lo squash nelle varie strutture;
    - iii. itinerari web based per azioni formative e gestione del relativo "portale della formazione".
  2. l'attivazione, in Figs, di un servizio di consulenza allo sviluppo dell'impresa sociale nello sport;
  3. la valutazione ed il monitoraggio sia delle ricadute formative in ambito occupazionale nella Figs, sia dell'efficacia e della produttività del "portale della formazione".
- d) Ai fini di un efficace ed efficiente percorso formativo si prevede, in via preliminare, di individuare:
  1. i comitati territoriali Figs interessati: realtà territoriali che presentino il requisito del possesso di una sede funzionale; la stessa sarà eletta quale sede operativa del promotore sportivo e luogo di apprendistato da parte di dirigenti "esperti";
  2. i promotori sportivi, selezionati tra tutti coloro che ne faranno richiesta, in base alla disponibilità temporale e qualitativa che sono in grado di offrire;

3. i tutor: in ogni realtà territoriale, sarà incaricato un tutor, il quale avrà la responsabilità del buon andamento del percorso formativo e della verifica delle azioni formative afferenti il promotore sportivo.

e) *Elaborazione, definizione e attuazione del progetto formativo*

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
<i>Il progetto culturale sportivo della Figs</i>		2	6
<i>Strategia organizzativa e promozione sportiva</i>		2	6
<i>Laboratorio di progettazione: introduzione e finalità</i>		2	6
<i>Analisi dei bisogni</i>		2	6
<i>Strategia e piano di marketing</i>		2	6
<i>L'autoimprenditorialità del promotore</i>		2	6
<i>Laboratorio di validazione dei progetti</i>		2	6
<i>La pianificazione e la gestione dei servizi sportivi</i>		2	6
<i>I centri estivi: case analysis e valutazione delle best practices</i>		1	3
<i>Le ludoteche: case analysis e valutazione delle best practices</i>		1	3
<i>Le vacanze sport: case analysis e valutazione delle best practices</i>		1	3
<i>Sport e formule di aggregazione giovanile</i>		2	6
<i>Sport e terza età: case analysis e valutazione delle best practices</i>		1	3
<i>Management degli eventi sportivi: laboratorio di progettazione e di validazione</i>		2	6
<b>TOTALE</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>72</b>

**Art. 19 Corso per specializzazione in attività giovanile**

Al fine di formare figure tecniche in grado di promuovere e gestire l'attività giovanile, così come prevista dallo specifico programma federale, si rende necessario istituire un corso altamente specializzante. Il corso per conseguire la specializzazione in attività giovanile, riservato a tutti coloro che sono in possesso di una qualifica tecnica federale, si svolge secondo le indicazioni contenute in tale programma.

Il corso si svolgerà secondo il seguente modello didattico:

	Crediti	ore di lezione	ore di studio
<i>L'organizzazione sportiva dello squash a livello territoriale e nazionale</i>		2	6
<i>Attività promozionale scolastica e federale</i>		2	6
<i>Le attività didattiche per la promozione dello squash</i>		8	24
<i>Organizzazione di giochi, percorsi e tornei</i>			
<i>Progetti speciali: squash a scuola</i>			
<i>Progetti speciali: giochi sportivi studenteschi</i>			
<i>I campi gonfiabili: regole e giochi</i>			
<i>Caratteristiche psicologiche nei giovani</i>		4	12
<i>Motivazione e personalità</i>			
<i>Il ruolo del gioco</i>			
<i>Abbandono precoce</i>			
<i>Relazione istruttore-allievo</i>			
<i>Relazione allenatore-genitore-allievo</i>			
<i>Teoria del movimento</i>		8	24

	<i>Le capacità coordinative: caratteristiche e sviluppo</i>		
Teoria dell'allenamento		12	36
	<i>I meccanismi bioenergetici nelle varie fasi dello sviluppo</i>		
	<i>Allenamento giovanile</i>		
	<i>Capacità motorie e fasi sensibili</i>		
Metodologia dell'insegnamento		4	12
	<i>L'apprendimento: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive</i>		
	<i>Metodi e stili di insegnamento</i>		
	<i>La tecnica: feed-back e correzione degli errori</i>		
	<i>L'organizzazione di una seduta di allenamento</i>		
La valutazione in età giovanile: test motori (pratica)		6	18
	<i>Somministrazione di una batteria di test</i>		
	<i>La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori, rilevamento dei dati e norme di riferimento</i>		
Il corretto stile di vita per una sana crescita		6	18
	<i>Corretta alimentazione</i>		
	<i>Vita sedentaria e malattie metaboliche</i>		
	<i>Abbinare lo studio all'attività fisica</i>		
Esercitazioni pratiche		8	24
<b>TOTALE</b>		<b>10</b>	<b>60</b>
			<b>180</b>

### CAPO III – ESAMI

#### Art. 20 – Generalità

- a) Gli esami, che saranno diversificati per difficoltà e per contenuti in rapporto alla qualifica da conseguire, si svolgeranno secondo quanto previsto dall'articolo 11 del regolamento dei tecnici federali.
- b) Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla Segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- c) A tutti i tecnici Federali che avranno positivamente superato l'esame sarà rilasciato un diploma con l'indicazione della qualifica conseguita.

### CAPO IV – CORSI DI AGGIORNAMENTO

#### Art. 21 – Generalità

- a) I corsi di aggiornamento, che saranno diversificati per contenuti, in base alle qualifiche dei tecnici federali, si svolgeranno secondo quanto previsto dall'articolo 21 del regolamento dei tecnici federali.
- b) Le domande di iscrizione, redatte su apposito modulo, dovranno essere inviate, alla segreteria Figs, accompagnate dal versamento della quota di iscrizione prevista.
- c) A tutti i tecnici federali che hanno partecipato al corso di aggiornamento sarà rilasciato un attestato di partecipazione.

#### Art. 22 – Corso di aggiornamento per assistente istruttore di squash e per istruttore di squash

La formazione si basa sull'apprendimento centrato sull'interazione, sul dialogo critico e costruttivo e sulle dinamiche di gruppo, che vengono attivate:

1. *durante le lezioni dei singoli docenti*, i quali: illustrano il proprio campo di studio ed i principali temi in discussione, presentano le proprie ricerche più avanzate, stimolano gli allievi a un confronto

rigoroso e ad un inquadramento delle problematiche proposte entro schemi di riferimento scientifici;

2. *durante le quotidiane sessioni pratiche di approfondimento in gruppi di lavoro*, frequentate dagli allievi al termine delle lezioni, entro contesti di apprendimento specificamente orientati all'interiorizzazione dei contenuti culturali trasmessi.

#### Art. 23 – Corso di aggiornamento per allenatore di squash e per maestro di squash

La formazione si basa su:

1. *Attività di sintesi e approfondimento*, nella quale vengono scelte attività individuali o di gruppo, con la predisposizione, da parte degli allievi, dei relativi elaborati, da realizzare sulla base delle indicazioni date dai docenti della Scuola Nazionale Maestri. I lavori, unitamente agli elaborati realizzati durante le ore di studio personale (*report* e *slide*), sono analizzati al fine di determinare i livelli di apprendimento raggiunti dagli allievi e di orientarne i processi conoscitivi, isolando anche eventuali problematiche conoscitive da discutere in lezioni con i docenti della Scuola Nazionale Maestri.
2. *Dinamiche di gruppo e colloqui individuali*, particolarmente curati, costantemente seguiti e sostenuti, con riferimento sia all'acquisizione dei contenuti conoscitivi, sia allo sviluppo di atteggiamenti e modelli di comportamento fondamentali per operare in ruoli manageriali e per esercitare posizioni di *leadership* partecipativa. Ad es.: atteggiamenti positivi verso la responsabilità, l'impegno, la cooperazione, l'eccellenza, l'innovazione, l'imprenditorialità; modelli di comportamento concernenti il *problem solving*, il controllo degli stati emotivi, il *time management* ed il lavoro di gruppo.

### CAPO V – ALBO DEI TECNICI FEDERALI

#### Art. 24 – Albo dei tecnici federali

- a) L'iscrizione all'albo dei tecnici federali avviene secondo quanto previsto dall'articolo 20 del regolamento dei tecnici federali.
- b) La Scuola Nazionale Maestri, entro il 30 ottobre, redigerà l'elenco ufficiale dei tecnici federali iscritti all'albo. L'elenco è reso noto tramite i comunicati ufficiali ed è pubblicato sul sito web della Figs.

### TITOLO III

#### CAPO I – PROGRAMMA DI ATTIVITÀ

#### Art. 25 - Programma di attività

Nella stagione agonistica 2013/2014 è organizzata la seguente attività:

- Corso per assistente istruttore di squash  
27-28-29 settembre 2013  
25-26-27 ottobre 2013
- Corso di aggiornamento per i tecnici federali  
30 novembre-1 dicembre 2013  
14-15 dicembre 2013
- Esame assistente istruttore di squash  
1° dicembre 2013
- Specializzazione in attività giovanile  
(articolato su 3 week end)  
11-12-13 ottobre 2013  
8-9-10 novembre 2013  
6-7-8 dicembre 2013
- Esame Preparatore fisico  
9 febbraio 2014

#### Art. 26 – Norma finale

Per tutto quanto non previsto dal presente programma di attività si rimanda a quanto previsto nel regolamento dei tecnici federali.

## Allegato

Esempio di distribuzione dei crediti per abilità individuali e conoscenze personali, acquisiti da curriculum.

	assistente	istruttore	allenatore	maestro	totale
<i>Assistente Istruttore di squash</i>	3				3
<i>Istruttore di squash</i>	3	6			9
<i>Allenatore di squash</i>	3	6	6		15
<i>Maestro di squash</i>	3	6	6	10	25

Un aspirante tecnico che è stato atleta di categoria A (5 crediti), che è Giudice di Gara (2 crediti) ed al quale è riconosciuta attività di apprendimento informale (2 crediti) e non formale (2 crediti), acquisisce 11 crediti che possono essere utilizzati come descritto nella tabella sottostante. I crediti acquisiti in un secondo tempo vengono utilizzati nelle fasi successive.

<i>Assistente Istruttore</i>	3	100%dei crediti necessari per il livello
<i>Istruttore di squash</i>	6	100%dei crediti necessari per il livello
<i>Allenatore di squash</i>	2	33%dei crediti necessari per il livello
<i>Maestro di squash</i>		
<b>Totale</b>	11	

Esempio dei crediti, per abilità individuali e conoscenze personali, che deve aver acquisito un aspirante maestro per accedere al corso

Crediti per apprendimento	previsti	acquisiti
Apprendimento informale	da ½ a 2	2
Apprendimento non formale	da ½ a 2	2
<b>Crediti per attività in qualità di tecnico federale</b>		
Allenatore delle squadre nazionali	8	
Tecnico federale	da 1 a 6	6
Direttore tecnico squadre nazionali	10	
<b>Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo</b>		
Atleta agonista di categoria "NC"	1	
Atleta agonista di categoria "C"	3	
Atleta agonista di categoria "B"	4	
Atleta agonista di categoria "A"	5	5
Atleta agonista di interesse internazionale	6	
<b>Crediti per ruoli rivestiti in ambito sportivo</b>		
arbitro nazionale e /o internazionale	da 1 a 3	
giudice di gara nazionale e /o internazionale	da 1 a 3	2
dirigente nazionale e /o internazionale	da 1 a 3	2
<b>Crediti per produzione scientifica ed incarichi di docenza</b>		
Attività di ricerca e pubblicazioni tecnico scientifiche	da 1 a 3	3
Docenza in materie tecnico scientifiche relative allo sport	da 1 a 3	3
Partecipazione come relatore a convegni minimo nazionali	da 1 a 3	
<b>TOTALE</b>	<b>36</b>	<b>25</b>