



## Corso per ISTRUTTORE di BASE

La FICT, Federazione Italiana Canoa Turistica, organizza il Corso di Formazione per Istruttore di Base 2021, che si articola in 2 (due) giornate.

**Requisiti** per partecipare al corso è necessario essere iscritti alla FICT ed aver compiuto 18 anni all'atto della domanda.

**Iscrizione** Entro il **10 aprile** 2021 gli interessati al Corso di Formazione Istruttori (min 5 - max 15 partecipanti) presenteranno domanda all'ADC, corredata dal curriculum vitae sull'attività canoistica svolta, eventuali brevetti posseduti (B.L.S, Rescue, salvamento), n° di tessera FICT valida per l'anno in corso, certificato medico che abilita all'attività sportiva non agonistica.

**Corso** Il Corso di Formazione si terrà il **29 e 30 maggio 2021** a Latina, presso la struttura dell'A.S.D Tatiyak sita in Strada Casa Selva 17 – 04100 LATINA (LT).

**Direttore** Cappucci Tatiana

**Docenti** Cappucci Tatiana – Ferro Mauro

**Esame** L'esame finale si svolgerà nello stesso luogo nella data di **sabato 25 e domenica 26 settembre 2021**.

**Per accedere all'esame è necessario essere in possesso del brevetto BLS o BLS-D.**

**Quota di partecipazione** La quota di partecipazione al Corso di Formazione e all'Esame è fissata in **€. 150,00** da versarsi entro il 10 aprile 2021. Le spese di vitto e alloggio sono a carico del partecipante. Il versamento dovrà essere effettuato sul c/c 001006901266 intestato alla Federazione Italiana Canoa Turistica, tramite bonifico bancario indicando le seguenti coordinate: IBAN - IT86G052160323000000005390 specificando nella causale "Corso ed Esame Istruttori di Base 2020" ed il nome e cognome del candidato

Il corso sarà tenuto dai Formatori della FICT Mauro Ferro e Tatiana Cappucci, coadiuvati dagli aspiranti formatori FICT, e strutturati in lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche.

A fine corso verrà comunicato agli allievi quali aspetti dei fondamentali della tecnica necessitano di approfondimento e se sono emerse le attitudini e le capacità all'insegnamento e all'accompagnamento.

Il bando con relativo programma saranno anche disponibili sulle pagine del sito F.I.C.T. : [www.canoa.org](http://www.canoa.org) , dove nella sezione documenti è pubblicato il Regolamento dei Tecnici Federali che specifica la sfera di competenza e i requisiti per il mantenimento del brevetto conseguito.

Tutte le comunicazioni all'ADC vanno effettuate al Coordinatore dell'Accademia, nella persona di Arcangelo Pirovano [arcpir2002@virgilio.it](mailto:arcpir2002@virgilio.it). e al Direttore del corso Tatiana Cappucci [tatiyak@tatianacappucci.it](mailto:tatiyak@tatianacappucci.it)



## PROGRAMMA DEL CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI DI BASE

Il corso è articolato con lezioni in aula e in acqua tendenti a verificare la conoscenza dei fondamentali della tecnica e a fornire le conoscenze indispensabili per l'insegnamento.

I candidati dovranno presentarsi al corso con acquisita la capacità tecnica di pagaia propulsiva, circolare e di direzione e affrontare con disinvoltura condizioni di mare stato 2 con vento forza 3 e di aver **preventivamente studiato il Manuale dell'Istruttore FICT e la dispensa sulla didattica disponibili sul sito [www.canoa.org](http://www.canoa.org) nella sezione "Documentazione".**

Per poter accedere al corso formativo si dovrà superare una prova pratica in acqua sui fondamentali richiamati in programma nella prima giornata del 29 maggio 2021.

A chi non supererà la prova pratica saranno indicate le mancanze per potersi preparare ad una nuova sessione e gli verranno trattenuti 50 euro sul versamento effettuato.

Durante il corso verranno forniti gli elementi necessari all'insegnamento, all'organizzazione di un'escursione e di una lezione in acqua ferma. Sarà verificato lo stato di conoscenza della tecnica e verranno illustrate le basilari manovre di sicurezza.

### ATTIVITA' IN AULA

- Presentazione: corso, esame, struttura della Federazione e figura dell'Istruttore di Base
- Organizzare una lezione e un corso – L'approccio alla canoa turistica
- Materiali: kayak, pagaia, abbigliamento tecnico, dotazioni di sicurezza e loro impiego.
- Posizione base, impugnatura e presa della pagaia – Impostazione del kayak
- Come proporre agli allievi i fondamentali.
- Regole di sicurezza, norme di navigazione.
- Pericoli acqua piatta.
- Preparare gli allievi alla costruzione dell'azione motoria.
- Le Fasi dell'apprendimento – La didattica – Il Feed-back – Gli obiettivi.

### ATTIVITA' ALL'APERTO

Esercizi e giochi per il riscaldamento e lo stretching.  
Posizione base, impugnatura e presa della pagaia – Trasporto e Impostazione del kayak.  
Comunicazione/Segnali



### **ATTIVITA' IN ACQUA: A NUOTO**

- Nozioni di idrodinamica.
- Nuoto in acqua ferma e con attrezzatura.

### **ATTIVITA' IN ACQUA: IN KAYAK**

- Approccio al kayak: entrata ed uscita, ribaltamento e svuotamento.
- Gli esercizi per proporre i fondamentali di propulsione, direzione e rotazione.
- I giochi per l'equilibrio; la scoperta dei movimenti e dello spazio di lavoro
- Recupero del materiale e del pericolante, il traino
- Organizzare un'escursione

### **MATERIALE OCCORRENTE PER IL CORSO**

- Kayak da mare ed attrezzatura completa.
- Abbigliamento tecnico e termico adeguatamente protettivo.
- Orologio e telefono
- Cosa di vacca o cima di traino
- Kit primo soccorso
- Block notes e penna
- Manuali scaricabili dal sito : [www.canoa.org](http://www.canoa.org)
- Testi di riferimento

Accademia della Canoa

Il Coordinatore