

BANDO CORSO PER “ISTRUTTORE DI BASE fluviale” 2021

La FICT Federazione Italiana Canoa Turistica organizza il “Corso di Formazione per Istruttore di Base Fluviale”.

Requisiti per partecipare

- Essere iscritti alla **FICT Federazione Italiana Canoa Turistica**
- Aver compiuto **18 anni**
- Essere in possesso di “**ABILITA’ e TECNICHE**” di Kayak
- Brevetto **BLS o BLS-D** (*necessario per accedere all’esame finale*)
- **Certificato medico** che abilita all’attività sportiva non agonistica

Modalità d’ iscrizione e quote

Per partecipare è necessario presentare domanda all’**ADC Accademia della Canoa** entro il **10/04/2021** corredata da: **curriculum vitae** sull’attività canoistica svolta, **brevetti posseduti** (*B.L.S, Rescue, Salvamento*), n° di tessera **FICT** valida per l’anno in corso.

La quota di partecipazione è fissata in €. **150,00** da versarsi entro il **30/04/2021**. Sono escluse le spese di vitto e alloggio. Il versamento dovrà essere effettuato sul **c/c 001006901266** intestato alla **Federazione Italiana Canoa Turistica** tramite bonifico bancario sulle seguenti coordinate:

IBAN: IT86G052160323000000005390 causale: “*Corso ed esame Istruttore di Base Fluviale 2021*”.

ATTENZIONE: la domanda d’iscrizione al corso, la ricevuta del pagamento ed i documenti richiesti per l’iscrizione dovranno essere spediti al *Direttore del corso Luca Coppini* luca.coppini71@gmail.com e al *Coordinatore dell’ Accademia Arcangelo Pirovano* arcpir2002@virgilio.it

Come si svolgerà il corso

Il corso si articolerà in **N° 2 giornate** (*min 5 e max 15 partecipanti*) e si terrà **01/02 maggio 2021** a **Iseo** sul **lago d’Iseo** presso la struttura **Lido di Sassabaneke**.

Il corso sarà tenuto da **Formatori della FICT** e strutturato in lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche.

I candidati dovranno presentarsi al corso **dimostrando capacità tecnica nell’ affrontare con disinvoltura un percorso fluviale di WW I** avendo **preventivamente studiato il Manuale dell’Istruttore FICT e la DISPENSA sulla DIDATTICA DEL CORSO** disponibili sul sito www.canoa.org.

Come testo di riferimento si consiglia il libro “**In equilibrio sull’ acqua**” o in alternativa il **video HIPS1** di *Francesco Salvato*.

I partecipanti saranno esaminati nei luoghi, modi e tempi che saranno comunicati durante il corso. Inoltre a fine corso agli allievi verrà comunicato se sono emerse attitudini e capacità all’insegnamento o criticità che dovranno essere compensate mediante la partecipazione ad altri corsi specifici.

Il bando e relativo programma saranno disponibili sul sito **FICT** www.canoa.org nella sezione documenti in cui è pubblicato il “*Regolamento dei Tecnici Federali* “ nel quale sono specificati i requisiti per il bando e per il mantenimento del brevetto conseguito.

PROGRAMMA DEL CORSO DI FORMAZIONE PER “ISTRUTTORI DI BASE fluviale”

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

Durante il corso verranno forniti gli elementi necessari all’insegnamento, all’organizzazione di una lezione e di un corso in acqua piatta e in corrente (**WW I**).

Il corso "ISTRUTTORE DI BASE fluviale" si articolerà nelle seguenti attività

ATTIVITA' IN AULA

- Presentazione della Federazione **FICT**, del corso, dello svolgimento dell'esame d'idoneità e della figura dell'Istruttore di Base Fluviale
- L'approccio alla canoa turistica
- L'utilizzo e impiego dei materiali: kayak, pagaia, abbigliamento tecnico, dotazioni di sicurezza
- Posizione di base: impugnatura e presa della pagaia, impostazione del kayak
- Le regole di sicurezza
- I pericoli in fiume e in acqua piatta: incastri, colini, sifoni e sbarramenti artificiali
- I fondamentali: come proporre ai vostri allievi i fondamentali
- Le fasi dell'apprendimento: come proporre ai vostri allievi la didattica, il Feed-back, gli obiettivi
- Preparazione all'azione motoria: come preparare gli allievi alla costruzione dell'azione motoria

ATTIVITA' ALL'APERTO

- Esercizi e giochi per il riscaldamento - lo stretching
- Lancio della corda: varie tipologie di lancio
- Postura in kayak: posizione base, impugnatura e presa della pagaia
- Trasporto del kayak
- Tecniche di comunicazione a secco ed in acqua

ATTIVITA' IN ACQUA: A NUOTO

- Nozioni d'idrodinamica
- Nuoto in acqua ferma e in corrente: posizione di sicurezza e nuoto attivo
- Recupero del pericolante con la corda e con il kayak

ATTIVITA' IN ACQUA: IN KAYAK

- Come organizzare una lezione e un corso ai vostri allievi
- Approccio al kayak: entrata ed uscita, ribaltamento e svuotamento
- Insegnamento degli esercizi agli allievi: fondamentali di propulsione, direzione e rotazione
- Insegnamento dei giochi per l'equilibrio: i movimenti - lo spazio di lavoro
- Recupero del materiale e del pericolante con la corda ed il kayak
- Uscita con allievi: come organizzare un'uscita con gli allievi
- Recupero dell'allievo svenuto o incosciente (mano di dio)

MATERIALE OCCORRENTE PER IL CORSO

- Kayak da **FIUME** con attrezzatura **COMPLETA**
- Abbigliamento tecnico e termico adeguatamente protettivo
- Coda di vacca
- Corda da lancio 15 mt. legata alla vita (*in alternativa corda da 20 mt. nel sacchetto*)
- N° 2 Moschettoni con ghiera senza dente
- N° 1 Fettuccia ad anello chiuso di 2 mt.
- N° 1 Corda con diametro 5 mm. lunga 150 cm.
- Block notes + penna
- Orologio e telefono
- Manuale e dispense forniti all'iscrizione + Testi di riferimento