

## ATLETICA LEGGERA

Durata Complessiva: 10 Ore di cui 2 di esame

ASPETTI GENERALI ( 4 ore)

| LEZIONE  | ARGOMENTI   |
|----------|---|
| Frontale | Preparazione Atletica, Condizionamento fisico – Cosa fare! Cosa non fare! |
| Frontale | Modalità operative per Atleti Special Olympics                            |
| Frontale | I disturbi del neuro-sviluppo   |
| Frontale | L'Autismo :intervento educativo e sportivo                                |
| Frontale | Il Coach Inclusivo  |

ASPETTI SPECIFICI DISCIPLINA (4 ore)

| LEZIONE       | ARGOMENTI  |
|---------------|--|
| Pratica       | I fondamentali del riscaldamento   |
| Pratica       | Tecnica e propedeutica delle specialità:<br>Lanci: Vortex, Pallina, Getto del Peso.<br>Salti: Lungo e Alto<br>Staffette: 4x100/400 |
| Pratica       | Prove, esercizi, eventuali adattamenti da proporre per atleti Special Olympics   |
| Esame Pratico |  |
| Pratica       | Question Time  |

## La prova di esame

### Struttura della prova ai fini della valutazione finale:

La valutazione finale del percorso si compone di tre fasi da svolgersi secondo le specifiche riportate di seguito, il giudizio finale terrà conto di una scala valutativa in trentesimi, con punteggi minimi da raggiungere per 2/3 delle prove ed un massimo di 30 raggiungibile come somma delle tre prove. Le prove sono strutturate per dare la possibilità al corsista di avere delle valutazioni imparziali che tengono conto della preparazione su contenuti di area generale, specifici di sport e approfondimenti personali. Il giudizio finale sarà dato da:

- una prova a risposta multipla (questionario di 20 domande; durata prova 30 minuti da svolgersi in apposita sessione dopo lo svolgimento del 3° Livello) con correzione immediata ed esito punteggio della commissione (Direttore Area Tecnica Nazionale e Formatore Nazionale) nella quale si possono ottenere un massimo di 20 punti ed un minimo di 14 (permessi 6 sei errori);

- una prova scelta dalla disciplina, pratica o tramite colloquio orale (singolo o di gruppo). In caso di prova pratica la prova si svolgerà nell’ambito delle ore previste al corso di 3° Livello, assegnando lavori individuali e di gruppo con attenta verifica del responsabile della formazione titolare corso, mentre in caso di prova orale si utilizzerà la modalità online, concordando appuntamenti ed orari direttamente con i corsisti, successivamente al seminario di 3° Livello. Sia in caso di prova pratica che nel caso del colloquio orale, per superare la prova occorrono un minimo di 4 punti su un massimo di 7 assegnabili;

- una tesina finale, che potrà essere concordata con il responsabile della formazione titolare del corso e dovrà essere inviata per la valutazione finale all’indirizzo [formazione@specialolympics.it](mailto:formazione@specialolympics.it); la tesina sarà valutata dal Direttore dell’Area Tecnica e Formazione Special Olympics Italia ed assegnerà un massimo di 3 punti senza punteggio minimo da raggiungere.

Qualora non si dovesse superare una delle due prove a minimo punteggi da raggiungere, sarà possibile frequentare nuovamente il seminario di 3 Livello gratuitamente e sostenere nuovamente l’esame.

#### Scala di valutazione finale

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | P | P | P | P | P | P | P | T | T | T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | Q | C | C | C | C | C | C | C | C | T | T | T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

TOTALE PUNTI (Prove): 30 - minimo voto per superare l’esame 18/trentesimi

- Questionario risposta multipla (Q) Minimo 14 risposte giuste (da 14 a 20 punti calcolato assegnando 1 punto per risposta esatta)
- Prova Pratica (P) Minimo 4 punti ad un massimo di 7 Prova Orale (C) Minimo 4 punti ad un massimo di 7
- Tesina finale (T) massimo 3 punti

### Competenza verifiche delle prove

| PROVA         | RIFERIMENTO 1       | RIFERIMENTO 2            | PUNTEGGI   |
|---------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Questionario  | Dir. Area Tecnica   |                          | Da 14 a 20 |
| Prova pratica | Formatore nazionale |                          | Da 4 a 7   |
| Prova orale   | Formatore nazionale | SOLO PER CORSO<br>ONLINE | Da 4 a 7   |
| Tesina        | Formatore nazionale | Dir. Area Tecnica        | Da 1 a 3   |

#### Svolgimento prova questionario:

Sono stati preparati 4 questionari contenenti ciascuno 20 domande a risposta multipla, una per ciascun capitolo/argomento della guida tecnica generale di 1°, 2° e 3° Livello. Per ogni domanda vi è una sola risposta giusta. I corsisti avranno 30' per il completamento della prova. Per ogni questionario A/B/C/D. L'attribuzione del punteggio finale si otterrà sottraendo al punteggio massimo ottenibile (20) il numero di errori commessi. La prova dovrà essere svolta al termine delle ore di formazione 3° Livello, dopo una sessione di preparazione online di circa 1 ora con i candidati corsisti.

#### Svolgimento prova pratica:

La prova pratica si potrà svolgere durante l'attività pratica di disciplina contenuta nel programma di 3° livello (sessione pomeridiana) e potrà essere svolta individualmente o in gruppo a libera scelta del formatore nazionale. Per la valutazione dei corsisti, si consiglia di proporre attività atte al problem solving individuale o di gruppo, lo sviluppo di una lezione individuale o di gruppo, la realizzazione di attività di progettazione o programmazione sportiva etc.. Le valutazioni andranno annotate nell'apposita scheda di valutazione inserendo il compito assegnato, il punteggio assegnato ed una breve descrizione delle problematiche individuate nel gruppo/singolo. Il punteggio finale assegnato potrà essere compreso tra 1 e 7 punti totali con minimo da raggiungere per la prova di 4 punti.

**Svolgimento prova colloquio:**

Il colloquio potrà essere scelto come forma di verifica alternativa alla prova pratica dal formatore nazionale di disciplina qualora il corso di 3° livello sia presentato ONLINE, che concorderà con i corsisti delle verifiche su piattaforma Zoom in momenti distinti o per gruppi. Sarà compito del formatore nazionale valutare le competenze tecniche specifiche attraverso domande situazionali da porre al corsista. La durata del colloquio non è fissa, sarà il formatore nazionale ad identificare le tempistiche in considerazione della corretta ed appropriata verifica della preparazione. Le valutazioni andranno annotate in una scheda di valutazione inserendo il punteggio assegnato ed una breve descrizione delle problematiche individuate nel singolo. Il punteggio finale assegnato potrà essere compreso tra 1 e 7 punti totali con minimo da raggiungere per la prova di 4 Punti.

**Svolgimento prova tesina:**

La tesina dovrà essere preparata successivamente al questionario e alla prova pratica/orale, solo e soltanto se il corsista ha totalizzato il minimo punteggio di 14 punti per il questionario e di 4 punti per la prova pratica/orale. Il tema/argomento della tesina dovrà essere concordato con il formatore nazionale di disciplina. Non vi è né un numero minimo di pagine, né numero minimo di parole. L'elaborato dovrà essere inviato all'indirizzo [formazione@specialolympics.it](mailto:formazione@specialolympics.it) in formato PDF, assieme a copia di altri titoli validi/brevetti di Enti di promozione, Federazioni, titoli professionali ottenuti con altre organizzazioni (anche tramite autocertificazione). L'elaborato verrà valutato dal Direttore Area Tecnica e Formazione Special Olympics Italia con la possibilità di pubblicazione interna a Special Olympics Italia. Il punteggio attribuito all'elaborato finale sarà inserito nell'apposita scheda di valutazione, da punti 1 a punti 3.

**Attestazione finali con esito esame superato**

Il Percorso di Formazione "Coach For Inclusion" Special Olympics Italia potrà rilasciare due tipologie di abilitazione, ciascuna con la sua operatività descritta dal proprio ambito di competenza e specializzazione acquisita e diversificato a seconda del percorso intrapreso in ciascuna disciplina. Vedi: Allegato Riconoscimenti Titoli per disciplina.

In generale:

- A) **COACH INCLUSIVO:** se si frequenta il percorso e si è già laureati in Scienze Motorie, Dip. Isef, Tecnici Federazioni Sportive o Tecnici Enti di Promozione Sportiva riconosciuti CONI. Salvo esposto diversamente nell'allegato riconoscimento titoli per disciplina.
- B) **ASSISTANT COACH INCLUSIVO:** se si frequenta il percorso in assenza dei seguenti titoli: laurea in Scienze Motorie, Dip. Isef, Tecnici Federazioni Sportive o Tecnici Enti di Promozione Sportiva riconosciuti CONI. Salvo esposto diversamente nell'allegato riconoscimento titoli per disciplina.

## Ambiti di competenza ed operatività Coach Inclusivo

Il “Coach For Inclusion” ha la piena autonomia in quanto già tecnico federale o EPS, di disciplina, Dip. Isef, Laurea Scienze Motorie e potrà svolgere il ruolo di tecnico responsabile del team, anche grazie alle competenze acquisite durante il percorso di formazione. Vedi Allegato: Riconoscimenti Titoli pregressi per disciplina.

|                   | Spogliatoi   | allenamento   | Gare o competizioni   |
|-------------------|--|---|---|
| <b>Competenze</b> | In ogni fase dell'allenamento, a partire proprio dalla gestione dello spogliatoio e della fase di preparazione all'attività, deve essere orientato al rendere autonomi ed inclusi gli atleti, con strategie ben definite e programmate atte a supportarli. | Deve avere la competenza di impostare gli allenamenti, soprattutto sotto l'aspetto di gestione del gruppo, e di condurli focalizzando gli obiettivi secondo il programma Special Olympics. È in grado di valutare le modalità e le tecniche più corrette adattandole alle unicità dei propri atleti e partner, proponendo esercitazioni adeguate e stimolanti per tutti, senza necessità di supervisione da parte del tecnico responsabile del team.  | Organizza e assiste gli atleti e i partner sul campo gara tenendo presenti le loro caratteristiche. Può decidere le gare a cui iscrivere i propri atleti e partner e le strategie migliori per prepararli alla competizione, sapendosi relazionare con altri tecnici. Può accreditarsi ai Giochi Nazionali con la qualifica di Coach For Inclusion.   |
| <b>Conoscenze</b> | Possiede le conoscenze relative alle semplici esigenze personali degli atleti e dei partner ed ha la capacità di supportarli nelle attività di autonomia quando necessario.  | Conosce le caratteristiche scientifiche che stanno alla base di un allenamento (biologiche, fisiologiche biomeccaniche e psicologiche). Possiede le conoscenze per applicare le modalità di allenamento e di somministrazione dei lavori più adeguate, sfruttando al meglio i metodi di apprendimento sportivo di base. Ha una profonda conoscenza della disciplina e la capacità di relazionarsi in modo positivo con tecnici, atleti e partner. È in grado di valutare con grande capacità le reali abilità degli atleti e dei partner. | Conosce i principi fondamentali relativi alle modalità di allenamento e di competizione, avendo chiari gli obiettivi a breve/lungo termine da raggiungere e conoscendo bene le caratteristiche dei propri atleti e partner. Sa strutturare una macro programmazione di allenamento adeguata secondo le abilità di ogni atleta e partner, valutando le problematiche al fine di gestire al meglio il team in gara. |

## Ambiti di competenza ed operatività Assistente Coach Inclusivo

L'Assistente "Coach Inclusivo" è una figura a supporto dello staff tecnico, non ancora in possesso di una qualifica federale o di EPS di disciplina, Laurea scienze motorie, Dip. Isef, e svolge il suo ruolo sotto il coordinamento del tecnico responsabile del team.

|                   | <b>Spogliatoi</b>  | <b>allenamento</b>   | <b>Gare o competizioni</b>   |
|-------------------|--|--|--|
| <b>Competenze</b> | In ogni fase dell'allenamento, a partire proprio dalla gestione dello spogliatoio e della fase di preparazione all'attività, deve essere orientato al rendere autonomi ed inclusi gli atleti, con strategie ben definite e programmate atte a supportarli. | Segue il programma di allenamento ideato, sotto la supervisione del tecnico responsabile del team, proponendo adattamenti individuali e fornendo importanti feedback ad atleti e partner.  | Assiste gli atleti e i partner sul campo gara sotto la supervisione del tecnico responsabile del team. Sa seguire le strategie migliori per prepararli alla competizione, sapendosi relazionare con altri tecnici. Può accreditarsi ai Giochi Nazionali con la qualifica di Assistente Coach For Inclusion.                                |
| <b>Conoscenze</b> | Possiede le conoscenze relative alle semplici esigenze personali degli atleti e dei partner ed ha la capacità di supportarli nelle attività di autonomia quando necessario.  | Possiede le conoscenze per applicare le modalità di allenamento e di somministrazione dei lavori identificate dal tecnico responsabile del team. Ha una conoscenza della disciplina ancora basilare, ma abbinata alla capacità di relazionarsi in modo positivo con tecnici, atleti e partner. | Conosce i principi fondamentali relativi alle modalità di allenamento per favorire il raggiungimento degli obiettivi a breve/lungo termine fissati dal tecnico responsabile del team. Sa seguire, sotto supervisione, la macro programmazione di allenamento definita e conosce le fasi di una gara, accompagnando il team da affrontarla. |

### Albo

Special Olympics Italia con apposita convenzione con CNS Libertas, ad esame superato riconoscerà le qualifiche di Coach For Inclusion o Assistente Coach for Inclusion, rilasciando tessera Coach di validità annuale comprensiva di assicurazione RCT verso terzi ed inserimento nell'albo dei tecnici riconosciuti. Il coach potrà rinnovare la Tessera di allenatori frequentando uno degli aggiornamenti ONLINE dedicati ai Coach ed Assistenti Coach For Inclusion presenti in piattaforma al seguente indirizzo: <https://www.sisoi.it/FormFormazioneSOI/>

### Il Diploma Nazionale finale:

Dopo aver superato l'esame, riceverete una certificazione riconosciuta, inviata tramite posta elettronica, che conferma il superamento dell'esame e la relativa valutazione. I nomi dei Coach e degli Assistenti Coach For Inclusion saranno inclusi nell'elenco dei coach certificati, che sarà disponibile per la consultazione online all'indirizzo specificato. Inoltre, oltre alla certificazione finale, il Centro Nazionale Sportivo Libertas invierà direttamente la polizza assicurativa valida per l'anno in corso. Le condizioni della polizza assicurativa



### Passaggio da Assistente Coach a Coach Special Olympics Italia

Coloro in possesso di qualifica di Assistant Coach For Inclusion possono ottenere il titolo di Coach For Inclusion dopo aver ottenuto una qualifica di tecnico di Federazione Sportiva o di Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI, nella disciplina di riferimento, o dopo aver ottenuto la laurea in Scienze Motorie. Sarà sufficiente inviare all'indirizzo [formazione@specialolympics.it](mailto:formazione@specialolympics.it) la documentazione comprovante la nuova qualifica per ottenere gratuitamente l'adeguamento al titolo di Coach For Inclusion, in alternativa se ci sarà consentito con apposita convenzione con un ente di promozione sportiva prendendo parte ad un Corso integrativo Special Olympics "istruttore di base" in convenzione EPS da svilupparsi nei programmi in accordo e riferimento normative CONI.