



Nuovo SNAQ in FAD CONI

AREE DEL PROGETTO FORMATIVO

Premessa

L'adeguamento allo SNaQ in FAD CONI nasce dalla base SNaQ esistente, dall'implementazione degli obiettivi formativi più aggiornati e da obiettivi strategici CONI per il futuro che integrano la nuova modalità in FAD, Formazione a Distanza.

I primi 3 livelli SNaQ consentono di ottenere le qualifiche tecniche rilasciate dalle FSN, DSA. Nello SNaQ FAD CONI è prevista una parte di competenza CONI ed una dell'Organismo Sportivo.

Il 4° Livello SNaQ è sviluppato interamente dal CONI.

Considerata la tipologia di attività che il tecnico di primo livello sarà chiamato a svolgere, si è deciso di orientare i contenuti della formazione al fine di offrire al tecnico la visione più ampia possibile su tutti gli aspetti fondamentali per la preparazione degli atleti.

Queste informazioni consentiranno al tecnico di primo livello di allenare con buona competenza, collaborare con lo staff cui appartiene e confrontarsi con gli altri allenatori di maggiore esperienza.

La proposta formativa dello SNaQ approvata in giunta il 13.06.2023 integra le nuove aree in FAD CONI (Formazione a distanza) che hanno una ripartizione diversa dalla formazione frontale, ovvero:

Formazione FAD: 1 credito equivale a 6 ore in lezione frontale, ovvero 12 "unità didattiche" UD da 30 minuti.

Moduli SNaQ in FAD CONI		UD 1° livello
0	Area Leggi e regolamenti	1
1	Area Metodologia dell'Allenamento	6
2	Area Acquisizione Abilità	7
3	Area Fisiologia dello Sport	6
4	Area Medicina dello Sport	6
6	Area Educazione e Psicologia	10
		36
Attribuzione crediti SNaQ CONI		3

AREA LEGGI E REGOLAMENTI		TOTALE 1 Unità Didattica FAD CONI	
0	• Organizzazione sportiva e formazione dei Tecnici	1 UD	
	○ <i>La struttura dello sport in Italia</i>	<i>Guido Brunetti</i>	1 UD
	○ <i>Evoluzione ed obiettivi dello SNaQ</i>		
AREA METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO		TOTALE 6 Unità Didattiche FAD CONI	
1	• Metodologia dell'insegnamento	2 UD	
	○ <i>Aspetti caratterizzanti l'allenamento "giovanile"</i>	<i>Andrea Cardone</i>	1 UD
	○ <i>Le tappe di sviluppo e di evoluzione dei giovani;</i>		1 UD
	○ <i>Necessità e bisogni dei giovani atleti</i>		
	• Metodologia dell'allenamento	2 UD	
	○ <i>Capacità motorie coordinative e organico - muscolari</i>	<i>Roberto Baldassarre</i>	1 UD
	○ <i>Principi dell'allenamento: carico, recupero, supercompensazione</i>		1 UD
	○ <i>La struttura di una seduta di allenamento: principi didattici</i>		
	• Metodologia della preparazione fisica generale	2 UD	
	○ <i>Elementi e principi delle esercitazioni mirate al rinforzo muscolare</i>	<i>Vito Azzone</i>	1 UD
	○ <i>Elementi e principi delle esercitazioni mirate alla resistenza</i>		1 UD

AREA ACQUISIZIONE ABILITA'		TOTALE 7 Unità Didattiche FAD CONI	
2	• Basi del movimento	4 UD	
	○ Schema corporeo, schemi posturali e schemi motori di base	Guido Brunetti	1 UD
	○ Abilità motorie generali e speciali – la tecnica	Alessandro Donati Andrea Cardone	1 UD
	○ Esempi di esercitazioni pratiche a carattere generale	Andrea Di Castro	1 UD
	○ Esempi di esercitazioni pratiche a carattere speciale		1 UD
	• Prerequisiti per l'acquisizione delle abilità	3 UD	
	○ Elementi e principi di postura	Fabrizio Ceci	1 UD
	○ Equilibrio e coordinazione		1 UD
	○ Esempi di esercitazioni pratiche		1 UD
	○ Elementi e principi dello stretching e della mobilità articolare		1 UD
	○ Esempi di esercitazioni pratiche		

AREA FISIOLOGIA DELLO SPORT		TOTALE 6 Unità Didattiche FAD CONI	
3	• Anatomia e Fisiologia	4 UD	
	○ Cenni di anatomia e di fisiologia dell'apparato cardio-respiratorio	Giuseppe Di Gioia	1 UD
	○ Cenni di anatomia e di fisiologia del sistema muscolo-scheletrico	Andrea Serdoz	1 UD
	○ La contrazione muscolare e i sistemi energetici	Nicolò Brigati	1 UD
	○ Attività fisica e ciclo mestruale	Francesca Ambruoso	1 UD
	• Nutrizione, idratazione, recupero	2 UD	
	○ Cenni di nutrizione/idratazione	Francesca Base	1 UD
	○ Strategie di recupero intra e post allenamento	Alberto Di Mario Andrea Cardone	1 UD

AREA MEDICINA DELLO SPORT		TOTALE 6 Unità Didattiche FAD CONI	
4	La Medicina dello Sport	2 UD	
	La certificazione medico sportiva (agonistica, non agonistica)	Maria Rosaria Squeo	1 UD
	Lo Staff medico-sanitario nello sport	Andrea Ferretti	1 UD
	Sport e medicina nelle diverse fasce di età	4 UD	
	L'attività ludico-sportiva e per la salute	Andrea Serdoz	1 UD
	L'attività sportiva in età evolutiva		1 UD
	L'attività sportiva nell'atleta adulto, negli amatori, negli anziani e nei Master (1)	Maria Rosaria Squeo	1 UD
	L'attività sportiva nell'atleta adulto, negli amatori, negli anziani e nei Master (2)		1 UD

AREA EDUCAZIONE E PSICOLOGIA		TOTALE 10 Unità Didattiche FAD CONI	
6	Metodi, modelli e costrutti in Psicologia dello Sport	2 UD	
	Metodi, modelli e costrutti in Psicologia dello Sport 1: Introduzione alla Psicologia dello sport	Alessia Maglietto	1 UD
	Metodi, modelli e costrutti in Psicologia dello Sport 2: Metodo, fasi di lavoro, osservazione sul campo		1 UD
	Elementi di mental coaching per l'alta performance 1	2 UD	
	Prima parte	Giuseppe Vercelli	1 UD
	Seconda parte		1 UD
	Età evolutiva	2 UD	
	Allenare la Generazione Z	Matteo Gabiano	1 UD
	Allenare la Generazione Alpha		1 UD
	La figura dell'allenatore	2 UD	
	Il coach efficace - presupposti	Manuel Toscano	1 UD
	La relazione coach - atleta		1 UD
	Benessere dell'atleta	2 UD	
	L'etica nello sport	Riccardo Tinozzi	1 UD
	Safeguarding Policy		1 UD

Docenti

Francesca Ambruoso	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Vito Azzone	<i>FIGC – Preparatore fisico Squadra Nazionale U21</i>
Roberto Baldassarre	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport – Metodologia dell'allenamento</i>
Francesca Base	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Scienza dell'alimentazione</i>
Nicolò Brigati	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport – Metodologia dell'allenamento</i>
Guido Brunetti	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Formazione</i>
Andrea Cardone	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Fabrizio Ceci	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Andrea Di Castro	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Giuseppe Di Gioia	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Cardiologia</i>
Alberto Di Mario	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Alessandro Donati	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Metodologia dell'allenamento</i>
Andrea Ferretti	<i>Direttore Sanitario Istituto di Medicina e Scienza dello Sport</i>
Matteo Gabiano	<i>Università degli Studi di Torino – Dipartimento di Psicologia; Juventus F.C.</i>
Alessia Maglietto	<i>Università degli Studi di Torino – Centro Psicologia dello Sport;</i>
Andrea Serdoz	<i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport - Cardiologia</i>
Maria Rosaria Squeo	<i>Responsabile Sanitario Area Olimpica Istituto di Medicina e Scienza dello Sport</i>
Riccardo Tinozzi	<i>Università degli Studi di Torino - Psicologia; Consulente sett. giovanile Juventus F.C.</i>
Manuel Toscano	<i>Centro Psicologia dello Sport ISEF Torino; Referente sett. giovanile Juventus Women F.C.</i>
Giuseppe Vercelli	<i>Università degli Studi di Torino</i>