

LINEE GUIDA PER LA FORMAZIONE

TECNICO FEDERALE DI 1° GRADO

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Tecnico di 1° Grado è necessario:

- aver compiuto il 18° anno di età
- essere tesserato FISO
- aver seguito il corso di formazione
- aver partecipato ad almeno 3 gare di orienteering

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Tecnico di 1° Grado sono organizzati dagli Organi territoriali della FISO, Società o Enti riconosciuti, in base alle Linee Guida. La Commissione Nazionale Formazione può organizzare corsi nazionali per Tecnico di 1° Grado.

I corsi per Tecnico di 1° Grado devono essere diretti da un Istruttore di 2° o 3° Grado con funzione di docente.

La durata del corso per Tecnico di 1° Grado non deve essere inferiore a 28 ore, distribuite in almeno 4 giorni.

La formazione, per la parte teorica, può avvenire anche on-line, con modalità che assicurino la presenza/lettura delle lezioni da parte degli allievi.

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- Compiti e attività del tecnico di 1° grado
- La portata educativa dell'orienteering e il suo valore interdisciplinare nella scuola
- Orienteering come sport (CO, MtbO, SkiO, TrailO)
- attività didattiche legate all'orienteering (centri storici a tema, percorsi naturalistici, orienteering fotografico, abbinamento con il nordic walking, ecc.)
- forme di gioco orienteering
- Tecniche di orientamento (progressione didattica):
 - la carta da orienteering: colori e simboli, la scala di riduzione;
 - piegamento della carta e tenuta del segno col pollice;
 - orientamento della carta con il confronto carta-terreno e con la bussola
 - navigazione elementare: lungo linee di conduzione e con orientamento grossolano a vista
 - uso della bussola nella marcia all'azimut
 - orientamento fine per riferimenti ravvicinati e successivi
 - comprensione delle curve di livello e navigazione sulle forme del terreno
- orienteering di precisione (TrailO)
- organizzazione delle gare scolastiche
- cenni di tracciamento di percorsi (scolastici, introduzione all'agonismo) e adattamento delle difficoltà al livello dell'utenza.
- educazione ambientale

Le lezioni dovranno comprendere un'alternanza di parti teoriche e di uscite pratiche sul terreno per sperimentare sul campo quanto spiegato nella teoria.

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Tecnico di 1° Grado sono affidati ad una commissione composta da tre Tecnici (almeno un Istruttore di 2° Grado), nominati dall'Organo FISO di competenza.

Gli esami consistono in una prova pratica, una prova di tracciamento di percorsi ed una prova orale.

- prova pratica, per verificare le effettive capacità tecnico orientistiche del candidato;
- prova di tracciamento, per verificare le capacità del candidato di predisporre un percorso adeguato alle capacità degli allievi;
- prova orale: discussione della prova pratica e della prova di tracciamento effettuata.

La prova pratica dovrà riguardare il ritrovamento e la valutazione dell'esatto posizionamento di almeno 10 punti di controllo, di cui almeno uno di Trail-O.

Durante la prova pratica non sono valutate le capacità agonistiche ma è richiesta una velocità di navigazione non superiore a 15 minuti per Kmsf.

La prova pratica avrà esito positivo se l'esercizio proposto è stato svolto correttamente nei tempi richiesti, avrà invece esito negativo se l'esercizio non è stato completato correttamente o è stato svolto in tempi superiori a quelli richiesti.

Il superamento della prova pratica è condizione necessaria per partecipare alla prova orale.

La prova di tracciamento consisterà nella pianificazione dei tracciati di una gara di 1° livello.

La prova di tracciamento saranno valutate dalla Commissione d'esame con un massimo di 60 punti (60% della valutazione massima complessiva d'esame).

La prova orale comprenderà una discussione sulle tematiche evidenziate nel corso della prova pratica e sull'idoneità dei percorsi tracciati. Il colloquio sarà valutato con un massimo di 40 punti (40% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il superamento della prova pratica ed il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punteggi della prova di tracciamento e della prova orale).

FORMATORI

ISTRUTTORE DI 2°GRADO

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Istruttore di 2° Grado è necessario:

- aver compiuto il 18° anno di età;
- essere tesserato FISO da almeno due anni;
- aver preso parte ad almeno venti gare inserite nel calendario ufficiale FISO, di cui almeno cinque di 3° o 4° livello;
- essere in possesso della qualifica di Tecnico di 1° grado;
- aver seguito il corso di formazione specifico.

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Istruttore di 2° Grado sono organizzati dagli Organi territoriali della FISO. La Commissione Nazionale Formazione può organizzare corsi per Istruttore di 2° e 3° Grado.

I corsi per Istruttore di 2° Grado devono essere diretti da un Istruttore di 3° Grado.

La durata del corso per Istruttore di 2° Grado non deve essere inferiore a 28 ore, distribuite in almeno 4 giorni.

La formazione, per la parte teorica, può avvenire anche on-line, con modalità che assicurino la presenza/lettura delle lezioni da parte degli allievi.

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- compiti e responsabilità di un Istruttore di 2° Grado
- organizzazione di un corso di base o di incontri informativi
- cartografia generale e caratteristiche delle carte topografiche a norma I.O.F.
- la bussola: storia, funzionamento, uso
- tecnica base di orientamento (linee conduttrici, d'arresto, ecc.)
- metodologia e didattica, valutazione delle difficoltà
- progressione e classificazione degli esercizi
- Regolamenti Federali
- le discipline FISO (CO, MtbO, SkiO, TrailO)
- vari tipi di gare e di attività di orientamento con mappa e bussola (non necessariamente nella forma tecnico-agonistica classica)
- organizzazione di una gara
- tracciamento, posa dei punti di una gara
- simbologia internazionale
- aspetti infortunistici nell'orientamento
- rispetto dell'ambiente.

Le lezioni dovranno comprendere un'alternanza di parti teoriche e di uscite pratiche sul terreno per sperimentare sul campo quanto spiegato nella teoria.

Tirocinio

Al termine del corso di formazione, gli allievi dovranno predisporre un progetto di tirocinio (project work) composto da almeno 10 lezioni di 2 ore ciascuna per un totale di almeno 20 ore certificate mediante dichiarazione dell'ente che accoglie il tirocinante (comitato, società sportiva, scuola, ente promozione sportiva, centro turistico, etc).

Esso potrà consistere nella collaborazione in organizzazione di allenamenti per atleti agonisti, in raduni nazionali o regionali, nella preparazione di gruppi di atleti agonisti appartenenti ad una società sportiva o formatisi spontaneamente.

Sono esclusi i tirocini fondati su programmi rivolti a singoli atleti.

Il tirocinio non può avere durata inferiore a 6 giornate, distribuite in non più di 12 mesi e dovrà essere coordinato da un Istruttore di 3° Grado con funzione di tutor.

Il progetto del tirocinio, con il relativo calendario, deve essere redatto in forma scritta, e sottoscritto dal tutor.

Il progetto di tirocinio, sottoscritto dal tutor, deve essere approvato dalla Commissione Nazionale Formazione prima della presentazione della domanda di ammissione all'esame per Formatore di 2° Grado.

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Istruttore di 2° Grado sono affidati ad una Commissione d'esame composta da un Istruttore di 3° Grado, e da altri 2 commissari con la qualifica di Istruttore di 2° grado/Allenatore, nominati dall'Organo FISO di competenza. Gli esami consistono in una prova pratica, una prova scritta e una prova orale.

La prova pratica dovrà appurare se il candidato possiede capacità di navigazione sul terreno con la carta topografica, individuazione di punti geografici, rilocalizzazione di se stessi; uso della bussola, collocazione di punti di controllo e descrizione con simbologia internazionale per tutte e quattro le discipline, organizzazione sul campo di un arrivo e di una partenza.

La prova potrà essere limitata anche ad una sola di queste capacità.

Durante la prova pratica non sono valutate le qualità agonistiche, tuttavia è richiesta una velocità di navigazione di almeno 12 minuti per chilometro sforzo.

La prova pratica avrà esito positivo se l'esercizio proposto è stato svolto correttamente nei tempi richiesti, avrà invece esito negativo se l'esercizio non è stato completato correttamente o è stato svolto in tempi superiori a quelli richiesti.

Il superamento della prova pratica è condizione necessaria per partecipare alla prova scritta ed a quella orale.

La prova scritta dovrà riguardare i temi trattati durante il corso di formazione, con la soluzione di una serie di esercizi (valutazione di un tracciato o di alcuni tratti, predisposizione di un esercizio specifico, descrizione internazionale dei punti, individuazione di punti su una cartina, soluzione di un ricorso post gara, ecc.).

La prova scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame).

La prova orale comprenderà l'esposizione del tirocinio (project work), una discussione sulle tematiche della prova pratica e sugli argomenti trattati durante il corso e sull'analisi della prova scritta del candidato.

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il superamento della prova pratica e con il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punteggi della prova scritta e della prova orale).

ISTRUTTORE DI 3°GRADO

Requisiti

Per conseguire il titolo di Istruttore di 3° Grado è necessario:

- aver compiuto il 25° anno di età;
- essere tesserato FISO;
- essere in possesso della qualifica di Istruttore di 2° Grado ed inquadrato nel rispettivo ruolo da almeno 4 anni;
- aver seguito il corso di formazione specifico;

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Istruttore di 3° Grado sono organizzati dalla Commissione Nazionale Formazione.

I corsi per Istruttore di 3° Grado devono essere diretti da un Istruttore di 3° Grado.

La durata del corso per Istruttore di 3° Grado non deve essere inferiore a 28 ore, distribuite in almeno 4 giorni.

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- compiti e responsabilità di un Istruttore di 3° Grado
- caratteristiche e compiti dei Ruoli Tecnici Federali
- organizzazione dei corsi Federali
- organizzazione delle gare nelle quattro discipline
- tracciamento dei percorsi nelle quattro discipline
- cartografia e relative norme

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Istruttore di 3° Grado sono affidati ad una Commissione composta da almeno tre Istruttori di 3° Grado, nominati dall'Organo FISO di competenza. Gli esami consistono in una tesi scritta, una prova orale e la valutazione del curriculum dell'attività didattico/sportiva del candidato.

La tesi scritta dovrà essere realizzata su uno dei temi indicati dalla Commissione Formazione al momento della pubblicazione del bando che dovrà avvenire con almeno quattro mesi di anticipo dalla data del colloquio.

La tesi dovrà essere realizzata tenendo conto delle indicazioni espresse dalla Commissione e fatta pervenire in Federazione almeno 30 giorni prima della data del colloquio.

La tesi scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 25 punti (25% della valutazione massima complessiva d'esame).

La prova orale sarà sostenuta davanti alla Commissione d'esame e verterà su almeno 3 dei seguenti argomenti:

- analisi della tesi elaborata dal candidato
- compiti dell'Istruttore di 3° Grado FISO
- Regolamento Quadri Tecnici
- caratteristiche e compiti dei Ruoli Tecnici Federali
- problematiche inerenti all'organizzazione dei corsi Federali
- problematiche inerenti all'organizzazione delle gare nelle quattro discipline
- problematiche inerenti al tracciamento dei percorsi nelle quattro discipline
- problematiche inerenti alla cartografia nelle quattro discipline
- problematiche inerenti alla sicurezza ed agli aspetti sanitari

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 45 punti (45% della valutazione massima complessiva d'esame).

Il curriculum dovrà indicare l'attività formativa svolta dal candidato (corsi, pubblicazioni, conferenze ecc.) e la sua attività sportivo-orientistica.

Il curriculum del candidato dovrà essere allegato alla domanda di iscrizione all'esame di Istruttore di 3° Grado.

Il curriculum sarà valutato dalla Commissione d'esame con un massimo di 30 punti (30% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punti della tesi scritta, del colloquio e della valutazione del curriculum).

UFFICIALI DI GARA

UFFICIALE DI GARA DI 2°GRADO

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Ufficiale di gara di 2° Grado è necessario:

- aver compiuto il 18° anno di età;
- essere tesserato FISO;
- aver preso parte ad almeno venti gare inserite nel calendario ufficiale FISO, di cui almeno cinque di 3° o 4° livello

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Ufficiale di gara di 2° Grado sono organizzati dagli Organi territoriali della FISO, Società o Enti riconosciuti. La Commissione Nazionale Formazione può organizzare corsi per Ufficiale di gara di 2° Grado.

I corsi per Ufficiale di gara di 2° Grado devono essere diretti da un Istruttore di 3° Grado.

La durata del corso per Ufficiale di gara di 2° Grado non deve essere inferiore a 28 ore, distribuite in almeno 4 giorni

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- compiti e responsabilità degli ufficiali di gara
- Regolamento Tecnico Federale
- tempi organizzativi
- settori e ruoli organizzativi
- organizzazione di una partenza
- organizzazione di un arrivo
- organizzazione di una staffetta
- gare a tappe
- gestione informatizzata di una gara
- permessi, assicurazioni, sicurezza
- ristori, controlli, punti radio, assistenza medica sul percorso
- fattori di annullamento di una gara o di una categoria
- gestione finanziaria e amministrativa di una gara
- iscrizione ai calendari
- rapporti con le autorità locali ed il territorio
- pubblicità, marketing e sponsorizzazioni
- rispetto dell'ambiente

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Ufficiale di gara di 2° Grado sono affidati ad una commissione composta da tre Tecnici, di cui almeno un Istruttore di 3° Grado, nominati dall'Organo FISO di competenza. Gli esami consistono in una prova pratica, una prova scritta e una prova orale.

La prova pratica dovrà riguardare argomenti trattati durante il corso come l'organizzazione di una partenza, di un arrivo, di una staffetta, la gestione informatica di una gara ecc.

La prova pratica avrà esito positivo se l'esercizio proposto è stato svolto in modo corretto, avrà invece esito negativo se l'esercizio non è stato svolto o è stato svolto modo non corretto.

Il superamento della prova pratica è condizione necessaria per partecipare alla prova scritta ed a quella orale.

La prova scritta dovrà riguardare i temi trattati durante il corso e prevedere un questionario con domande aperte o chiuse, ed una serie di esercizi scritti (valutazione di uno schema di arrivo, valutazione di organigramma per una gara, elaborazione del testo di un dépliant per una gara a tappe, valutazione di uno schema finanziario contenente entrate e uscite, casi di annullamento, ecc.).

La prova scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame).

Il colloquio sarà sostenuto davanti alla Commissione d'esame e verterà sui temi trattati durante il corso e sull'analisi della prova scritta del candidato.

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punteggi della prova scritta e della prova orale).

UFFICIALE DI GARA DI 3°GRADO

Per avanzare al titolo di Ufficiale di gara di 3° Grado è necessaria la presentazione di una domanda diretta alla Commissione Nazionale Formazione corredata di un adeguato curriculum contenente le principali esperienze avute come Ufficiale di Gara di 2° Grado.

Il modello in formato è disponibile sul sito internet della FISO alla pagina:

<http://www.fiso.it/pagina/modulistica-federale>

TRACCIATORI

TRACCIATORE DI 2°GRADO

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Tracciatore di 2° Grado è necessario:

- Aver compiuto il 18° anno di età;
- Essere tesserato FISO;
- Aver preso parte ad almeno venti gare inserite nel calendario ufficiale FISO, di cui almeno cinque di 3° o 4° livello

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Tracciatore di 2° Grado sono organizzati dagli Organi territoriali della FISO, Società o Enti riconosciuti. La Commissione Nazionale Formazione può organizzare corsi per Tracciatore di 2° Grado.

I corsi per Tracciatore di 2° Grado devono essere diretti da un Istruttore di 3° Grado.

La durata del corso per Tracciatore di 2° Grado non deve essere inferiore a 28 ore, distribuite in almeno 4 giorni.

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- compiti e responsabilità di un tracciatore
- caratteristiche delle carte topografiche a norma I.O.F.
- norme internazionali e regolamenti inerenti ai percorsi
- caratteristiche di un punto di controllo
- idoneità dei punti
- fattori di difficoltà
- caratteristiche di un tratto
- tecniche di navigazione
- il tracciato di gara
- caratteristiche di un tracciato in rapporto alla categoria, alla disciplina e alla specialità
- i tracciati SPRINT
- le diverse formule di gara
- le diverse tipologie di partenza
- caratteristiche del luogo di partenza
- ristori, controlli, punti radio, assistenza medica sul percorso
- controllo elettronico e gestione informatica dei percorsi del tracciamento
- i pericoli ed i rischi
- progettazione e frequenza ai punti
- i tracciati a staffetta
- i tracciati Trail-O
- descrizione internazionale dei punti
- preparazione e stampa delle cartine
- errori da evitare

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Tracciatore sono affidati ad una commissione composta da tre Tecnici, di cui almeno un Istruttore di 3° Grado, nominati dall'Organo FISO di competenza. Gli esami consistono in una prova pratica, una prova scritta, una prova di tracciamento di percorsi ed una prova orale.

La prova pratica dovrà appurare se il candidato possiede capacità di:

- navigazione sul terreno con la carta topografica
- individuazione di punti geografici
- rilocalizzazione di sé
- uso della bussola
- collocazione di punti di controllo
- descrizione con simbologia internazionale
- valutazione di un luogo per una partenza

La prova potrà essere limitata anche ad una sola di queste capacità.

Durante la prova pratica non sono valutate le qualità agonistiche ma è richiesta una velocità di navigazione di almeno 12 minuti per chilometro sforzo.

La prova pratica avrà esito positivo se l'esercizio proposto è stato svolto correttamente nei tempi richiesti, avrà invece esito negativo se l'esercizio non è stato completato correttamente o è stato svolto in tempi superiori a quelli richiesti.

Il superamento della prova pratica è condizione necessaria per partecipare alla prova scritta ed a quella orale.

La prova scritta dovrà riguardare i temi trattati durante il corso e prevedere un questionario con domande aperte o chiuse, ed una serie di esercizi scritti (valutazione di un tracciato o di alcuni tratti, valutazione di alcuni punti, descrizione internazionale, individuazione di punti su una cartina, valutazione di un percorso di gara, regolamenti, ecc.).

La prova scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame).

Il colloquio sarà sostenuto davanti alla Commissione d'esame e verterà sui temi trattati durante il corso e sull'analisi della prova scritta del candidato.

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il superamento della prova pratica e con il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punteggi della prova scritta e della prova orale).

Tirocinio

Al termine del corso di formazione, gli allievi dovranno predisporre un progetto di tirocinio (project work), coordinato da un tracciatore di 3° grado, composto da almeno 10 lezioni di 2 ore ciascuna per un totale di almeno 20 ore, certificate mediante dichiarazione dal tutor.

Esso potrà consistere nella collaborazione come controllore in gare di 2° livello o tracciatore in gare di 1° livello, in organizzazione di allenamenti per atleti agonisti, in raduni nazionali o regionali.

Il tirocinio non può avere durata inferiore a 6 giornate, distribuite in non più di 12 mesi e dovrà essere coordinato da un Tracciatore di 3° Grado con funzione di tutor.

Il progetto del tirocinio, con il relativo calendario, deve essere redatto in forma scritta, e sottoscritto dal tutor.

Il progetto di tirocinio, sottoscritto dal tutor, deve essere approvato dalla Commissione Nazionale Formazione prima della presentazione della domanda di ammissione all'esame per Tracciatore di 2° Grado.

(esempio di **GRIGLIA DI VALUTAZIONE**)

		MINIMO	MASSIMO
PROVA SCRITTA	19 DOMANDE	16	24
	15 A RISPOSTA MULTIPLA		
	4 TRATTAZIONE BREVE		
PROVA PRATICA	INDIVIDUARE 10 PUNTI	10	16
	DICHIARARE LE SBAGLIATE		
TRACCIAMENTO	PERCORSO 2 KM	5	10
	MIN.5 MAX.10 LANTERNE		
ORALE	COLLOQUIO + DISCUSSIONE	12	20
	TOT.	43	70

VALUTAZIONE TRACCIAMENTO

		max PUNTI
1	PARTENZA	1
2	ARRIVO	1
3	LUNGHEZZA	2
4	SCELTE	4
5	CAMBI DIREZIONE	1
6	VARIO/ TRATTE LUNGHE/CORTE	1
	TOT.	10

punti di controllo trovati - punzonature esatte (0 - 10)	descrizione esatta dei punti di controllo posizionati fuori posto (0 - 6)
--	---

TRACCIATORE DI 3°GRADO

Per avanzare al titolo di Tracciatore di 3° Grado è necessaria la presentazione di una domanda diretta alla Commissione Nazionale Formazione corredata di un adeguato curriculum contenente le principali esperienze avute come Tracciatore di 2° Grado.

Il modello in formato è disponibile sul sito internet della FISO alla pagina:

<http://www.fiso.it/pagina/modulistica-federale>

OMOLOGATORE DI IMPIANTI

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Omologatore Impianti è necessario:

- aver superato il 20° anno di età;
- essere tesserato FISO da almeno quattro anni;
- presentare un curriculum personale, in base alle Linee Guida, da cui risulti di aver realizzato almeno 5 impianti omologati, di cui almeno uno boschivo;
- aver seguito lo specifico corso di formazione.

Formazione

I corsi per il conseguimento della qualifica di Omologatore Impianti sono organizzati dagli Organi Territoriali della FISO. La Commissione Nazionale Formazione può organizzare corsi per Omologatore Impianti.

I corsi per Omologatore Impianti devono essere diretti da un Istruttore di 3° Grado che deve avvalersi di docenti esperti in materia cartografica.

La durata del corso per Omologatore Impianti non deve essere inferiore a 14 ore, distribuite in almeno 2 giorni.

Gli argomenti del corso dovranno essere i seguenti:

- norme IOF per la produzione delle mappe topografiche
- specifiche delle mappe per orientamento
- cartografia in ambiente naturale
- cartografia dei centri storici
- cartografia sprint
- la griglia di valutazione di un impianto
- problematiche e casistica nella omologazione di impianti FISO
- modalità tecniche e procedure di omologazione delle mappe

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Omologatore Impianti sono affidati ad una commissione composta da tre Tecnici, di cui almeno un Istruttore di 3° Grado, nominati dall'Organo FISO di competenza. Gli esami consistono in una prova pratica, una prova scritta ed una prova orale.

La prova pratica dovrà appurare se il candidato è in grado di:

- effettuare il rilievo a norma IOF, anche parziale, di una porzione di territorio.
- correggere il rilievo di un territorio mal cartografato, sia ISSOM che ISOM.

La prova potrà essere limitata anche ad una sola di queste capacità.

La prova pratica sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 40 punti (40% della valutazione massima complessiva).

La prova scritta dovrà riguardare i temi trattati durante il corso e prevedere un questionario con domande aperte o chiuse ed una serie di esercizi scritti (valutazione di un rilievo, regole per l'omologazione, norme IOF di cartografia, ecc.).

La prova scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 30 punti (30% della valutazione massima complessiva d'esame).

Il colloquio sarà sostenuto davanti alla Commissione d'esame e verterà sui temi trattati durante il corso e sull'analisi della prova scritta del candidato.

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 30 punti (30% della valutazione massima complessiva d'esame)

Il superamento dell'esame si ottiene con il conseguimento di almeno 70 punti (70% del punteggio massimo ottenibile dalla somma dei punteggi della prova pratica, della prova scritta e della prova orale).

(esempio di **GRIGLIA DI VALUTAZIONE**)

		MINIMO	MASSIMO
PROVA SCRITTA	19 DOMANDE	21	30
	15 A RISPOSTA MULTIPLA		
	4 TRATTAZIONE BREVE		
PROVA PRATICA	EFFETTUAZIONE DI UN RILIEVO	28	40
	CORREZIONE DI UN RILIEVO		
ORALE	COLLOQUIO + DISCUSSIONE	21	30
	TOT.	70	100

ALLENATORE

Il sistema di qualificazione e formazione degli allenatori è regolato in base allo SNaQ (Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi) del CONI.

Lo SNaQ prevede 4 livelli di cui i primi 3 di competenza della Federazione e il 4° di competenza del CONI:

1. Allenatore di 1° grado
2. Allenatore di 2° grado
3. Allenatore di 3° grado
4. Allenatore di 4° grado

Allenatore di 1° grado. Non corrisponde ad una qualifica professionale che abilita un tecnico ad agire immediatamente in autonomia sul campo, ma serve all'introduzione/avvicinamento alla carriera di allenatore. Le attività dall'apprendista allenatore dovranno essere svolte sotto la guida e supervisione di un tecnico esperto o di un referente tecnico federale, secondo le specifiche normative federali.

Allenatore di 2° grado. È la prima qualifica tecnica operativa autonoma. Essa richiede l'accertamento delle competenze necessarie per operare con squadre ed atleti impegnati in attività locali, regionali o di specializzazione iniziale.

Allenatore di 3° grado. La qualifica caratterizza un allenatore in grado di coordinare altri tecnici, ed allenare qualsiasi atleta o squadra a livello agonistico nazionale o anche internazionale. La qualifica abilita tipicamente ad allenare squadre di massima serie nazionale o atleti appartenenti all'élite nazionale.

Allenatore di 4° grado. La qualifica individua allenatori capaci di lavorare con compiti di responsabilità di team complessi in contesti nazionali e internazionali di alto livello, competenti a partecipare e a dirigere attività di ricerca e formazione o programmi federali di sviluppo del talento: direttore tecnico di squadre nazionali, responsabile di settore (formazione, territorio, ecc.).

ALLENATORE DI 1° GRADO

Requisiti

Per accedere all'esame per il conseguimento del titolo di Allenatore di 1° grado è necessario:

- Aver compiuto il 18° anno di età
- Essere tesserato FISO
- Aver seguito il corso di formazione
- Aver partecipato ad almeno 20 gare in categoria agonistica

Competenze

Generali Utilizzare le abilità generali di base (non sportive, es. osservare, sintetizzare, comunicare, ecc.) necessarie per condurre semplici azioni governate da regole e strategie ben definite.

Allenamento	Organizzare e condurre le sedute di allenamento degli sportivi utilizzando metodi, strumenti ed attrezzature sotto la guida di un tecnico esperto. Condurre, sempre sotto una supervisione, la valutazione dell'allenamento.
Competizione	Organizzare ed assistere gli atleti per le gare sotto la guida di un tecnico esperto, garantendo le condizioni di sicurezza necessarie. Valuta, sempre sotto supervisione, i risultati delle competizioni.
Didattica	Limitatamente alla gestione degli atleti durante le sessioni di allenamento
Ricerca	-

Formazione.

Nei corsi per Allenatori di 1° grado dovranno essere trattati i seguenti argomenti:

- compiti e responsabilità di un allenatore
- organizzazione di una seduta di allenamento.
- cartografia generale e caratteristiche delle carte topografiche a norma I.O.F.
- tecniche di orientamento, di base ed evolute
- tattiche di orientamento, anche in base alla tipologia di gara (sprint, middle, long)
- metodologia didattica degli esercizi di orientamento
- regolamenti federali dei vari tipi di gare di orientamento
- progettazione e realizzazione (posa punti ecc) di esercizi e tracciati in funzione
- principali traumi della corsa orientamento, cenni di pronto soccorso relativi e norme preventive
- gestione di un riscaldamento, di una seduta di mobilitazione muscolo-articolare e di potenziamento muscolare a carico naturale, esercizi di preatletismo
- principi generali dell'allenamento fisico-atletico e tecnico-agonistico.

La durata di un corso per il conseguimento della qualifica di Allenatore di 1° grado non deve essere inferiore a 28 ore di cui 18 di teoria e 10 di pratica (distribuite in minimo 4 giornate ed in uno o più periodi).

Sono riconosciute agli Allenatori di 1° grado, una volta ottenuta la qualifica, al termine dell'esame a titolo di credito formativo 6 ore di lavoro individuale di studio. Possibilità di formazione on line (teleconferenza/visualizzazione di presentazioni) per le sole lezioni teoriche con forme che assicurino la presenza/lettura effettiva come ad esempio questionari a quiz immediatamente dopo la lezione in tempo reale o la visualizzazione del contenuto.

Tirocinio.

Potrà consistere nella collaborazione in organizzazione di esercitazioni/allenamenti/lezioni per neofiti, in raduni nazionali o regionali, interventi in scuole o in società sportive o enti di promozione nella preparazione di gruppi di studenti o aspiranti agonisti CO appartenenti ad una società sportiva, a una scuola o formatisi spontaneamente.

Sono esclusi i tirocini fondati su programmi rivolti a un singolo atleta.

Il tirocinio non può avere durata inferiore a 20 ore, distribuite in non più di 6 mesi, certificate mediante dichiarazione dell'ente che accoglie il tirocinante (comitato, società, scuola, ente promozione sportiva, etc) sotto la supervisione di un Allenatore di 2° grado o allenatore di livello superiore.

Esami

La prova pratica dovrà appurare se il candidato possiede capacità di:

- navigazione sul terreno con la carta topografica
- individuazione di punti topografici
- rilocalizzazione di sé sulla carta
- uso della bussola (orientamento della carta, metodo 1-2 e metodo 1-2-3)
- collocazione di punti di controllo e descrizione con simbologia internazionale
- gestire un riscaldamento, una seduta di mobilizzazione muscolo-articolare e/o di potenziamento generale a carico naturale

La prova potrà essere limitata anche a solo 3 di queste capacità.

ALLENATORE DI 2° GRADO

Requisiti.

Per accedere al corso ed all'esame per il conseguimento del ruolo di Allenatore di 2° grado è necessario:

- essere in regola con la tessera FISO
- essere in possesso della qualifica ed inquadramento nel ruolo di Allenatore di 1° grado da almeno 2 anni
- essere stato classificato in almeno 30 gare (di cui 5 di livello nazionale o internazionale), in categorie agonistiche, disputate tra quelle inserite nel calendario FISO o IOF.

Competenze

Generali	Saper utilizzare mezzi e metodi per l'organizzazione dell'allenamento e la preparazione e l'assistenza alla gara. Possedere la capacità di coordinare assistenti e di relazionare con i superiori. Dimostrare un minimo di interpretazione dei compiti a livello personale ed in funzione di strategie semplici.
Allenamento	Capacità di costruire piani di allenamento, soprattutto dal punto di vista tecnico-tattico, in funzione delle caratteristiche degli atleti e delle specificità della disciplina sportiva, tenendo conto delle conoscenze scientifiche più accreditate. Saper collaborare a piani di programmazione a lungo termine definiti da allenatori più esperti. Saper condurre singoli atleti o gruppi utilizzando attrezzature ed impianti in condizioni di sicurezza. Possedere le abilità di base per valutare l'allenamento e i principali dati raccolti.
Competizione	Organizzare e assistere gli atleti per le gare singole o a squadre, tenendo conto delle caratteristiche degli atleti delle specificità delle competizioni. Condurre la valutazione dei risultati delle competizioni, sapendo relazionare sugli stessi ad atleti, allenatori di grado superiore e dirigenti.
Didattica	Condurre e gestire piani di allenamento e di formazione degli atleti a medio termine (es. mensile e annuale), sapendo integrare la pratica con le conoscenze scientifiche e gestendo il lavoro di altri allenatori
Ricerca	Contribuire alla formazione degli aiuti allenatori mediante insegnamenti e valutazione pratica sul campo. Comprendere, ai fini della loro applicazione pratica, i lavori di ricerca svolti nel campo specifico dello sport.

Formazione.

I corsi per il conseguimento del ruolo di allenatore sono organizzati dai Comitati Regionali, ciascuno per il proprio territorio.

I corsi per allenatore devono essere diretti da un Allenatore di 3° grado che sia iscritto anche nei quadri tecnici degli allenatori capo o Allenatore di 4° grado.

Nei corsi per allenatore dovranno essere trattati i seguenti argomenti:

- compiti e responsabilità di un allenatore
- caratteristiche tecniche, fisiologiche e psicologiche della CO, MTBO, SCI-O
- metodologia dell'allenamento tecnico e atletico
- metodologia della programmazione dell'allenamento orientistico
- progettazione e realizzazione di esercizi di media ed alta difficoltà orientistica
- metodologia dell'insegnamento (coaching)
- cenni dell'allenamento mentale
- la tecnica e tattica orientistica evoluta
- cenni di fisiologia generale, del lavoro muscolare, di anatomia e di biomeccanica
- cenni di psicologia generale e dell'apprendimento
- organizzazione di un corso di perfezionamento
- metodologia della valutazione delle capacità dell'orientista CO.
- cenni di alimentazione nell'attività sportiva intensiva
- doping e salute

La durata di un corso per allenatore non deve essere inferiore a 52 ore di cui 20 di teoria specifica, 12 di pratica (distribuite come minimo su 4 giornate ed in uno o più periodi), 20 di teoria generale. Sono riconosciute agli Allenatori, una volta ottenuta la qualifica, a titolo di credito formativo 28 ore di lavoro individuale di studio e di preparazione della tesina (project work). Possibilità di formazione on-line (teleconferenza/visualizzazione di presentazioni) per le sole lezioni teoriche con forme che assicurino la presenza/lettura effettiva come ad esempio questionari a quiz immediatamente dopo la lezione in tempo reale o la visualizzazione del contenuto.

Tirocinio.

Potrà consistere nella collaborazione in organizzazione di allenamenti per atleti agonisti, in raduni nazionali o regionali, nella preparazione di gruppi di atleti agonisti appartenenti ad una società sportiva o formatisi spontaneamente o a squadre rappresentative regionali o nazionali.

Sono esclusi i tirocini fondati su programmi rivolti a un singolo atleta.

Il tirocinio non può avere durata inferiore a 20 ore, distribuite in non più di 12 mesi.

Il tirocinio deve essere coordinato da un Allenatore di 3° grado con funzione di tutor.

Il progetto del tirocinio (project work), con il relativo calendario, deve essere redatto in forma scritta, e sottoscritto dal tutor.

Il progetto di tirocinio, sottoscritto dal tutor, deve essere approvato dalla Commissione Nazionale Formazione prima della presentazione della domanda di inquadramento nel ruolo di allenatore.

Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Allenatore di 2° grado sono affidati ad una Commissione d'esame composta da un Allenatore di 4° grado iscritto nei quadri degli allenatori dirigenti-formatori e da almeno due Allenatori di 3° grado nominati dal Comitato organizzatore. Essi consistono in una prova scritta, una prova orale, una prova pratica e la presentazione di una tesina (project work) su argomenti attinenti all'allenamento.

La prova scritta dovrà riguardare i temi indicati negli argomenti del corso di formazione, prevedere un questionario con domande aperte o chiuse, ed una serie di esercizi scritti (tracciamento di un esercizio in relazione a particolari qualità tecniche da allenare, correzione di difetti tecnici, valutazione di un programma di allenamento, organizzazione di un corso, soluzione di problemi legati all'allenamento, ecc.).

La prova scritta sarà valutata dalla Commissione d'esame con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame).

Il colloquio sarà sostenuto davanti alla Commissione d'esame e verterà sui temi indicati dagli argomenti del corso, sull'esposizione della tesina (project work) e sull'analisi della prova scritta del candidato.

Il colloquio sarà valutato con un massimo di 50 punti (50% della valutazione massima complessiva d'esame).

La prova pratica dovrà appurare se il candidato è in grado di organizzare o eseguire un esercizio per lo sviluppo di qualità tecniche come ad es.:

- punti di attacco
- cambi di velocità
- cambi di tecnica
- sensibilizzazione alle curve di livello
- valutazione delle distanze ed esercizi multiscala
- esercizi con carte parziali
- lettura in corsa
- memorizzazione
- azimut in corsa
- deviazione controllata
- interpretazione della sensibilità e dei criteri di rilievo di una carta
- ecc.

La prova potrà essere limitata anche a due sole di queste capacità tecniche.

Durante la prova pratica non sono valutate le qualità agonistiche ma è richiesta una velocità di navigazione di almeno 11 minuti per chilometro sforzo.

La prova pratica avrà esito positivo se l'esercizio proposto è stato svolto nei tempi richiesti, avrà invece esito negativo se l'esercizio non è stato svolto o se è stato svolto in tempi superiori a quelli richiesti.

Il superamento della prova pratica è condizione necessaria per partecipare alla prova scritta ed a quella orale.

ALLENATORE DI 3° GRADO

Requisiti

Per conseguire la qualifica di Allenatore di 3° grado è necessario:

- aver compiuto il 25° anno di età;
- essere tesserato FISO;
- essere in possesso della qualifica di Allenatore di 2° grado ed inquadrato nello specifico ruolo da almeno 4 anni;
- aver seguito il corso di formazione specifico

Competenze

Generali	Utilizzare abilità personali per sintetizzare e gerarchizzare problemi ed opportunità in funzione di uno sviluppo strategico e creativo efficace, mediante l'utilizzo di metodi innovativi e la padronanza degli strumenti e dei mezzi specifici più funzionali. Possedere la capacità di trasferire le conoscenze teoriche in proposte applicative, per risolvere problemi. Capacità di relazionarsi con più persone e di sostenere argomentazioni per giustificare e promuovere il proprio lavoro
Allenamento	Saper costruire programmi a medio e lungo termine in considerazione di tutte le componenti possibili (tecniche, tattiche, fisiche, coordinative, psicologiche, ecc.) in funzione delle caratteristiche degli atleti e delle specificità della disciplina, anche sulla base delle attuali conoscenze scientifiche. Capacità di assegnare compiti specifici ad allenatori di livello inferiore. Capacità di organizzare in condizioni di sicurezza l'effettuazione delle sessioni di allenamento, valutando la qualità del lavoro degli atleti e le condizioni ambientali.
Competizione	Programmare le attività finalizzate alla partecipazione e alla conduzione delle competizioni tenendo conto delle caratteristiche dei propri atleti e delle specificità e caratteristiche delle gare. Condurre la valutazione dei risultati delle competizioni ipotizzando gli andamenti di sviluppo, evidenziando i punti da migliorare e sapendo relazionare sugli stessi.
Didattica	Pianificare, gestire e valutare i piani di allenamento a medio e lungo termine, organizzando l'attività di altri allenatori e tecnici coinvolti
Ricerca	Pianificare programmi di formazione pratica e teorica degli Aiuto Allenatori e di altri tecnici connessi al lavoro, organizzando la valutazione degli apprendimenti ed i conseguenti feed-back attraverso gli adeguati strumenti di formazione (lezioni, dibattiti, ecc.). Organizzare e gestire semplici metodi di indagine e ricerca applicandone i risultati al lavoro sul campo

Formazione.

La formazione per il conseguimento del ruolo di Allenatore di 3° grado consiste in un corso organizzato dalla FISO e dalla presentazione di un project work .

Il corso per Allenatori di 3° grado è organizzato dalla Commissione Nazionale e consisterà in almeno 70 ore di cui 20 ore di teoria specifica, 12 ore di pratica e 38 ore di teoria generale su argomenti stabiliti dai contenuti del corso esposti di seguito che possono comprendere tra l'altro "analisi di casi" (case work). Sono riconosciute agli Allenatori di 3° grado, una volta ottenuta la qualifica, a titolo di credito formativo 50 ore di lavoro individuale di studio e di preparazione del project work. Possibilità di formazione on-line (teleconferenza/visualizzazione di presentazioni) per le sole lezioni teoriche con forme che assicurino la presenza/lettura effettiva come ad esempio questionari a quiz immediatamente dopo la lezione in tempo reale o la visualizzazione del contenuto.

Il tirocinio e project work

Il tirocinio potrà consistere nella collaborazione in organizzazione di allenamenti per atleti agonisti di medio e alto livello, in raduni nazionali o regionali, nella preparazione di gruppi di atleti agonisti CO appartenenti ad una società sportiva o formatisi spontaneamente.

Sono esclusi i tirocini fondati su programmi rivolti a singoli atleti.

Il tirocinio non può avere durata inferiore a 30 ore, distribuite in non più di 12 mesi.

Il project work deve riguardare un lavoro di ricerca o applicazione su tematiche riguardanti l'allenamento di medio e alto livello di atleti adulti o giovani o la formazione di Allenatori di 1° grado e Allenatori di 2° grado o comunque su tematiche tenute al corso.

Il tirocinio e il project work devono essere coordinate da un Allenatore di 3° o 4° grado con funzione di tutor.

Il progetto di lavoro e del tirocinio, con il relativo calendario, devono essere redatti in forma scritta, e sottoscritti dal tutor.

Il progetto di lavoro e di tirocinio, sottoscritti dal tutor, devono essere approvati dalla Commissione Nazionale Formazione prima della presentazione della domanda di inquadramento nel ruolo di Allenatore di 3° grado.

Contenuti del corso

Nei corsi per Allenatori Capo dovranno essere trattati i seguenti argomenti:

- Compiti e responsabilità di un Allenatore Nazionale
- Caratteristiche tecniche, fisiologiche e psicologiche della corsa orientamento (approfondite)
- La tecnica e tattica orientistica evoluta (approfondita)
- La preparazione mentale
- Fisiologia generale, del lavoro muscolare, di anatomia e di biomeccanica
- Psicologia generale e dell'apprendimento
- Scienza dell'alimentazione
- Gestione del lavoro di gruppo
- Gestione dell'atleta evoluto e delle squadre rappresentative
- Metodologia della ricerca scientifica
- Esami

Gli esami per l'inquadramento nel ruolo di Allenatore di 3° grado sono affidati ad una Commissione d'esame composta da un Allenatore di 4° grado e da un Allenatore di 3° grado, oltre che dal tutor incaricato di sovrintendere al tirocinio e project work.

Gli esami consistono in un colloquio sul tirocinio e project work svolti.

ALLENATORE DI 4° GRADO.

La formazione spetta al CONI

NORME TRANSITORIE

In sede di prima applicazione delle nuove norme per il ruolo Allenatori, è consentita la deroga a uno o più dei requisiti previsti dal Regolamento Quadri Tecnici, dietro richiesta motivata e previa approvazione da parte della Commissione Nazionale Formazione.

In particolare ai tecnici di 2° grado (formatori, tracciatori) che ne facciano richiesta, è consentito di acquisire anche la qualifica di Allenatori di 1° grado, previa presentazione del proprio curriculum tecnico sportivo.