



FEDERAZIONE ITALIANA SCHERMA
Consiglio Regionale Friuli Venezia Giulia - Via Longarone n. 28 - 33100 UDINE

CORSO PER ISTRUTTORI REGIONALI DI SCHERMA 2013

INDIZIONE

Questo Consiglio Regionale, in collaborazione con l'A.I.M.S., e in linea con le disposizioni riportate alle pagine 7-8-9 del Regolamento attuativo SNAQ della F.I.S., organizza un **Corso per Istruttori Regionali di Scherma**.

Tale titolo consentirà:

1. di poter collaborare con Associazioni schermistiche per l'avvio di giovani allievi alla pratica della scherma in tutte e tre le armi ufficiali;
2. di poter promuovere la scherma di fioretto in corsi scolastici, centri vacanze, ecc.;
3. di poter accedere ai corsi di livello superiore.

REQUISITI PER ACCEDERE AL CORSO

- Superamento test di ammissione teorico-pratico (a cura dell'AIMS);
- Avere 18 anni di età compiuti;
- in regola con il tesseramento alla FIS;
- in regola con la scuola dell'obbligo;
- Almeno due anni di tesseramento alla FIS e autocertificazione di aver praticato attività agonistica (partecipazione ad almeno due gare regionali delle categorie Cadetti, Giovani o Assoluti) o, in alternativa, la certificazione di Animatore di scherma.
- Presentare domanda di ammissione al Comitato Regionale organizzatore e, p.c. ove diverso, al Comitato Regionale di appartenenza.

PROGRAMMA

Il corso prevede 78 ore totali di lezione, suddivise tra metodologia dell'allenamento e dell'insegnamento, tecnica schermistica di tutte e tre le armi, elementi di regolamento, di scherma storica e paraolimpica. La frequenza alle lezioni del corso sarà obbligatoria.

Oltre alle 78 ore curricolari di lezione i partecipanti dovranno svolgere un accurato tirocinio di almeno 96 ore presso un Maestro di scherma rientrante nell'elenco dei tutor prima di sostenere l'esame.

Di seguito alla presente è possibile verificare il programma del corso.

I docenti saranno: FIORETTO M° Lorenza Bocus, SCIABOLA M° Sara Vicenzin, SPADA M° Roberto Piraino, METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO e METODOLOGIA ALLENAMENTO prof. Giovanni Messina, SCHERMA PARAOLIMPICA M° Michael Banica, SCHERMA STORICA M° Giovanni Rapisardi, REGOLAMENTO Mario Cicoira. Il coordinamento delle giornate sarà garantito dal M° Lorenza Bocus.

Le lezioni si terranno a Udine presso la sala scherma dell'ASU in via Lodi 1.

Gli orari delle lezioni saranno i seguenti: sabato o domenica mattina dalle 9,00 alle 13,00; sabato pomeriggio dalle 14,30 alle 18,30.

E' opportuno presentarsi al corso con tutto il materiale schermistico necessario alle esercitazioni: fioretto, spada e sciabola e divisa da scherma o piastrone da lezione.

ARGOMENTI

E' inoltre indispensabile procurarsi i tre trattati di scherma che si possono comodamente scaricare dal sito della Federazione Italiana Scherma.

ESAMI

Gli esami per la valutazione dei corsisti e l'assegnazione del titolo di Istruttore regionale di scherma si terranno entro l'anno sportivo per dare modo ai corsisti di svolgere compiutamente il tirocinio didattico. Gli esami potranno tenersi anche in sessioni interregionali o nazionali organizzate direttamente dall'Aims nazionale.

COSTO

Per la partecipazione al corso ogni iscritto dovrà versare prima dell'inizio delle lezioni € 120,00 al Consiglio regionale; la quota non è comprensiva della tassa per l'esame.

ISCRIZIONI

L'adesione al corso sarà efficace inviando l'allegato A, per posta elettronica, **entro il 10 settembre p.v.**, al responsabile del Corso (indirizzo e-mail lorenzabocus@libero.it) o al Comitato Regionale.

Il Presidente Regionale FVG
Prof. Paolo Menis

PROGRAMMA MATERIE SCHERMISTICHE CORSI ISTRUTTORE REGIONALE TECNICO PRIMO LIVELLO

Il Docente di Fioretto:

1. illustrerà i concetti comuni alle tre armi (saluto, linea direttrice, ecc.);
2. presenterà il kit dell'attrezzatura in plastica per la propaganda;
3. evidenzierà l'importanza della corretta distinzione terminologica delle diverse azioni e dei diversi aspetti tecnici della disciplina del Fioretto, per la costruzione di un linguaggio comune che permetta a tutti di comprendersi sui concetti di base della Scherma;
4. evidenzierà, altresì, l'importanza per gli Aspiranti Istruttori di saper poi utilizzare tali basi comuni per una crescita creativa di un proprio metodo di insegnamento personale;
5. stimolerà, quindi, i partecipanti al corso ad un continuo aggiornamento e ad accrescere la curiosità necessaria per migliorare la propria formazione.

PROGRAMMA DI TECNICA DI FIORETTO (16 ore)

Definizione della disciplina sportiva della scherma;

L'ARMA:

- Identificazione e nomenclatura delle varie parti che compongono il fioretto con impugnatura anatomica, francese ed italiana; equilibrio, peso e diverse lunghezze della lama;
- Modo di impugnare il fioretto con manico italiano, francese ed anatomico;
- Le posizioni di pugno principali ed intermedie considerate dalla posizione del gavigliano (secondo le indicazioni dell'attuale trattato FIS sul fioretto) e le posizioni di pugno considerate con l'impugnatura anatomica.

La prima posizione;

La guardia;

Concetti di arma in linea e arma in linea di offesa;

Il saluto;

La linea direttrice;

I MOVIMENTI:

- Il passo avanti e il passo indietro;
- Il passo patinato ed il passo a balestra: differenze esecutive e opportunità di esecuzione;
- Il raddoppio;
- L'affondo, il ritorno in guardia;
- Il passo avanti-affondo.

Le diverse misure didattiche ed i diversi modi per valutarle;

GLI ATTEGGIAMENTI

- Gli atteggiamenti con l'arma in relazione alla posizione del ferro dell'avversario:
- Inviti;
- Ferro in linea;
- Legamenti;
- Cambiamento di legamento, trasporto, riporto;
- Relazione tra bersagli, inviti e legamenti.

L'OFFESA:

- Definizione delle azioni semplici di offesa;
- Le azioni di offesa semplici in relazione agli atteggiamenti;
- Il colpo dritto;
- La cavazione;
- I fili principali;
- Battute, battute e colpo da fermo e camminando;
- Fili preceduti da trasporto;
- Risposte.
- Definizione di azioni composte (limitarsi alle azioni di finta che eludono una sola parata); esecuzione a misura stretta, d'allungo e camminando.
- Cenni sulle azioni ausiliarie

LA DIFESA

- Definizione di difesa;
- Le parate semplici, passaggio da una parata semplice ad un'altra parata semplice;
- Le parate di contro, di mezza-contro e di caduta;
- La contro parata.

GLI ELEMENTI FONDAMENTALI

- Tempo;
- Velocità;
- Misura.

LA CONTROFFESA

- Definizione di controffesa;
- Cenni sulle uscite in tempo.

PRECISAZIONI TERMINOLOGICHE

Differenza tra parata e battuta, tra cavazione e circolata, tra parata di contro e contro parata, tra parate di contro e mezza-contro. Chiarire il concetto che il termine "parata" si può usare solo se la difesa è eseguita col ferro e non di misura. Dibattito sui dubbi e domande terminologiche poste dai corsisti.

SEGNALAZIONE ELETTRONICHE

Cenni sulle segnalazioni elettroniche delle stoccate alle tre armi.

Il Docente di Spada:

1. con riferimento al testo del Trattato di Spada della F.I.S. (M° Mangiarotti), evidenzierà le differenze teorico-pratiche peculiari della disciplina della Spada dopo aver proceduto ad un ripasso dei concetti comuni con il Fioretto per quanto attiene i movimenti e le posizioni delle gambe e del braccio armato; poiché in alcuni punti il Trattato di Spada della F.I.S. (M° Mangiarotti) differisce nella terminologia e nella esposizione da quelli di Fioretto e di Sciabola, il Docente porrà particolare attenzione nell'evitare che si ingenerino confusioni nei Discenti in merito, appunto, alla diversa terminologia usata nel summenzionato Trattato di Spada, in particolare riguardo le Posizioni di Pugno, alla Controffesa, alla Parata di Misura (che correggerà con Difesa di misura) ed inoltre puntualizzerà di non considerare alcuni termini presenti in detto Trattato, fuorvianti rispetto alla terminologia in uso nel Fioretto e nella Sciabola.

2. integrerà quindi la sua esposizione utilizzando le Dispense di Spada del Maestro Giovanni Toràn con particolare riferimento ai concetti di: "Cono di protezione", "Opposizione", "Come dare correttamente il ferro all'allievo" e dove ritiene opportuno per chiarire concetti e dare definizioni in linea con la terminologia del trattato di fioretto quando nel "Mangiarotti" possono apparire contraddittorie.

PROGRAMMA DI TECNICA DI SPADA (14 ore)

L'ARMA:

- Identificazione e nomenclatura delle varie parti che compongono la spada con impugnatura anatomica e francese (manico liscio). Equilibrio, peso e diverse lunghezze della lama;
- Modo di impugnare la spada con manico francese ed anatomico;
- Le posizioni di pugno principali ed intermedie considerate con l'impugnatura anatomica.

La prima posizione;

La guardia;

Concetti di arma in linea e arma in linea di offesa;

Il saluto;

La linea direttrice;

I MOVIMENTI:

- Il passo avanti e il passo indietro;
- Il salto indietro;
- Il raddoppio;
- L'affondo e il ritorno in guardia;
- Il passo avanti-affondo.

Le diverse misure didattiche ed i diversi modi per valutarle con particolare attenzione alle misure di fioretto e alle due misure aggiunte dovute alle diverse profondità di bersaglio (che chiameremo "corpo a corpo" e "lunga");

GLI ATTEGGIAMENTI

- Gli atteggiamenti con l'arma;
- Inviti;
- Ferro in linea;
- Legamenti;
- La cosiddetta "posizione normale di guardia"
- Cambiamento di legamento, trasporto, riporto;

L'OFFESA:

- Definizione delle azioni di offesa;
- Le azioni di offesa semplici in relazione agli atteggiamenti dell'avversario;
 - Il colpo dritto;
 - La cavazione;
 - I fili;
 - Battute, battute e colpo.
- La circolata;
- La controcavazione (usare la terminologia del fioretto)
- Botta dritta con opposizione;
- Le Angolazioni;
- Fili preceduti da trasporto;
- Risposte.
- Definizione di azioni composte (limitarsi alle azioni di finta che eludono una sola parata e specificare quelle che terminano ad un bersaglio diverso da quello minacciato dalla finta);

LA DIFESA

- Definizione di difesa;
- Le parate semplici (o dirette);
- Le parate di contro, di mezza-contro e di ceduta (cenni sulle parate di controfilo);
- Le opposizioni;
- Il Cono di protezione.

GLI ELEMENTI FONDAMENTALI

- Tempo;
- Velocità;
- Misura.

LA CONTROFFESA

- Definizione di controffesa;
- Cenni sulle uscite in tempo e sugli arresti.

IL COLPO DOPPIO

LE RIMESSE

- La rimessa;
- Il secondo colpo;
- La ripresa di attacco.

Il Docente di Sciabola:

- darà indicazioni sulle caratteristiche di un attacco correttamente eseguito e sulle nozioni generali della difesa e dell'attacco come descritto nel capitolo "Considerazioni generali sulla scherma di Sciabola" del Trattato F.I.S. di Sciabola.

PROGRAMMA DI TECNICA DI SCIABOLA (14 ore)

- Nomenclatura della sciabola;
- Modo di impugnare la sciabola;
- Le posizioni di pugno principali ed intermedie;
- La sciabola in linea;
- Il saluto;
- La guardia;
- L'affondo (con riferimento alle differenze esecutive rispetto alle altre armi);
- Esercizi preliminari per l'addestramento del braccio rivolti al maneggio dell'arma, specie per i non sciabolatori;
- Gli atteggiamenti con l'arma;
- Le linee ed i bersagli (loro nomenclatura con differenze rispetto al Fioretto);
- Azioni di offesa semplici in relazione all'atteggiamento dell'avversario ed ai diversi bersagli (puntate dirette, di filo, di cavazione, sciabolate dirette, di molinello e di fendente);
- Azioni di offesa semplici in contrapposizione all'arma in linea (battute, prese di ferro e fili);
- Modo di portare i colpi con taglio, punta e contro taglio;
- Difesa con la misura; corretta definizione, (insistere sul concetto che la cosiddetta "parata di misura" non è una definizione corretta);
- Difesa con il ferro;
- Parate semplici;
- Passaggi da una parata ad un'altra;
- Parate di contro;
- Parate di mezza contro;
- Esercizi di flessione-estensione ed esercitazioni pratiche sulla corretta esecuzione delle parate (specie per i non sciabolatori);
- Molinelli;
- La risposta dalle diverse parate semplici.

PROGRAMMA SCHERMA PARAOLIMPICA (4 ore: 3 teoriche+1pratica)

Nozioni generali su:

- aspetti sociali e culturali legati alla disabilità;
- le disabilità: fisiche, sensoriali e psichiche. Quali praticano la scherma paraolimpica e a che livello;
- categorie funzionali per gareggiare: a, b, c. Peculiarità.
- la pedana per la scherma paraolimpica, caratteristiche.
- la carrozzina, caratteristiche adattamenti;
- cenni di regolamento: - la misura: come si prende, variazioni in funzione dell'arma e della disabilità
- bersagli e l'attrezzatura.
- cenni comparativi tra le armi in piedi e carrozzina.
- cenni storici sul Comitato Italiano Paraolimpico.
- cenni sulle normativa affiliazione e conoscenza del Protocollo d'intesa con la FIS.

PROGRAMMA DI SCHERMA STORICA (4 ore) **(a cura del Docente incaricato)**

REGOLAMENTO (2 ORE) **(a cura del Docente incaricato)**

PROGRAMMA MATERIE GENERALI CORSI ISTRUTTORE REGIONALE TECNICO PRIMO LIVELLO

METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO – 12 ore

- Profilo, competenze e responsabilità del tecnico 3h
- Concetti e principi generali della metodologia dell'insegnamento 4h
- Osservazione e valutazione nell'insegnamento 2h
- I principi della comunicazione 3h

METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO - 12 ore

- Le basi della prestazione: principi anatomo – fisiologici; concetto di prestazione sportiva 4h
- Principi metodologici generali dell'allenamento sportivo 4h
- Capacità motorie: classificazione e sviluppo 2h
- Sviluppo motorio e capacità coordinative: fattori e principi di allenamento 2h