



# Corso di Formazione Istruttori Secondo Livello di Wakeboard

Roma, Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti", Acqua Acetosa  
22 OTTOBRE - 30 NOVEMBRE 2025

## PROGRAMMA

Mercoledì 22 Ottobre		
Ore 09,30 - 10.00	Accredito, distribuzione dei materiali didattici	<b>FISSW</b>
Ore 10.00- 10.30	Introduzione ai Corsi FISSW di Secondo Livello	<b>Alessandro Staffa</b>
Ore 10.30 -11.30	Il Ruolo del tecnico di Secondo Livello 2	<b>Docenti CONI</b>
Ore 11.30 -13.30	Il Ruolo del tecnico di Secondo Livello	<b>Docenti CONI</b>
Ore 13.30 -14.30	Pausa pranzo	
Ore 14.30 -16.30	La comunicazione efficace nello Sport	<b>Docenti CONI</b>
Ore 16.30 - 17.30	Il team management	<b>Docenti CONI</b>
Ore 17.30 - 18.00	De-Briefing	<b>FISSW</b>
Giovedì 23 Ottobre		
Ore 10.30- 11.30	Wakeboard Cable - Modulo 1 - Coaching Preparation	<b>Fabrizio Cicerale</b>
Ore 11.30- 12.30	Wakeboard Cable - Modulo 1 - Coaching Preparation	<b>Fabrizio Cicerale</b>
Ore 13.00 - 14.30	Pausa pranzo	
Ore 14.30 - 16.30	Wakeboard Barca - Modulo 1 - Athlete Preparation	<b>Pierluigi Mazzia</b>
Ore 14.30 - 16.30	Wakeboard Barca - Modulo 2 - Athlete Preparation	<b>Pierluigi Mazzia</b>
Ore 16.30 - 18.00	Modulo Sicurezza Acquatica	<b>Nicolò Di Tullio</b>
24 Ottobre- 25 Novembre		
9 Unità Didattiche	Area Metodologia dell'Allenamento	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
8 Unità Didattiche	Area Acquisizione delle Abilità	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
8 Unità Didattiche	Area Fisiologia dello Sport	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
4 Unità Didattiche	Area Medicina dello Sport	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
5 Unità Didattiche	Area Tecnologia dello Sport	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
6 Unità Didattiche	Area Educazione e Psicologia	<b>Formazione Olimpica CONI</b>
7 Unità Didattiche	Area Management dello Sport	<b>Formazione Olimpica CONI</b>

# ***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 da FSN e 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 secondo 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 che circondano il centro della formazione tecnica degli atleti.

Queste informazioni consentiranno al tecnico di secondo livello di allenare con alta competenza, nonché di gestire il lavoro di altri allenatori e collaboratori del proprio staff.

*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.

<b>AREA LEGGI E REGOLAMENTI</b>		<b>TOTALE 1 Unità Didattiche FAD CONI</b>	
<b>0</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leggi e regolamenti sportivi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>La riforma dello sport: dal volontariato al lavoro sportivo (co.co.co., contratti di lavoro subordinato); la tutela previdenziale.</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>1 UD</b>	
		<i>Alvio La Face</i>	<b>1 UD</b>
<b>AREA METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>		<b>TOTALE 7 Unità Didattiche FAD CONI</b>	
<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le basi dell'allenamento sportivo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Principi fisiologici e metodologici della progressione del carico</i></li> <li>○ <i>I parametri del carico di allenamento</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>1 UD</b>	
		<i>Bruno Ruscello</i>	<b>1 UD</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le basi della preparazione fisica e il rapporto con l'allenamento tecnico</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>I principi della preparazione fisica</i></li> <li>○ <i>Capacità coordinative come presupposto per l'allenamento tecnico</i></li> <li>○ <i>Principi basilari dell'allenamento della forza, della resistenza e della velocità</i></li> <li>○ <i>Carichi allenanti con adeguamenti per età e sesso</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>3 UD</b>	
		<i>Bruno Ruscello</i>	<b>1 UD</b>
		<i>Marco Mencarelli</i>	<b>1 UD</b>
		<i>Dario Pompa</i>	<b>1 UD</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Organizzazione dell'allenamento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Il programma annuale e la gestione delle fasi pre- e post-stagione agonistica</i></li> <li>○ <i>Comprensione del legame tra gesto tecnico e possibili sovraccarichi.</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>1 UD</b>	
		<i>Dario Pompa</i>	<b>1 UD</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Valutazione dell'allenamento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Cenni sui test da laboratorio generali e specifici</i></li> <li>○ <i>Test da campo e basi della valutazione</i></li> <li>○ <i>Esempi pratici di valutazione</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>2 UD</b>	
		<i>Andrea Di Castro</i>	<b>1 UD</b>
		<i>Andrea Cardone</i> <i>Alberto Di Mario</i>	<b>1 UD</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La gestione dell'imprevisto</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>La gestione dell'imprevisto 1</i></li> <li>○ <i>La gestione dell'imprevisto 2</i></li> </ul> </li> </ul>	<b>2 UD</b>	
		<i>Andrea Cardone</i>	<b>1 UD</b>
			<b>1 UD</b>

AREA	TOTALE 10 Unità Didattiche FAD CONI		
ACQUISIZIONE ABILITA'			
<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Apprendimento motorio e sviluppo delle abilità sportive</b></li> </ul>	<b>3 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Allenamento della tecnica (Teoria)</i></li> </ul>	Vito Azzone	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Allenamento della tecnica (esempi pratici)</i></li> </ul>		1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Prerequisiti anatomici e fisiologici per le diverse discipline</i></li> </ul>	Dario Pompa	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La coordinazione motoria</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Coordinazione generale e speciale</i></li> </ul>	Fabrizio Ceci	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Significato della coordinazione e rapporto con l'apprendimento</i></li> </ul>	Guido Brunetti	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>L'analisi cinematica a supporto dell'apprendimento delle abilità tecniche individuali</b></li> </ul>	<b>1 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Utilizzo dell'analisi cinematica come sistema di feedback immediato.</i></li> </ul>	Roberto Baldassarre	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Esempi e metodi di utilizzo dell'analisi cinematica durante e dopo l'allenamento.</i></li> </ul>	Dario Dalla Vedova	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Apprendimento delle abilità tattiche attraverso la video analisi</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Utilizzo della video match analisi per selezionare le situazioni di gioco (Teoria)</i></li> </ul>	Adriano Di Pinto	2 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Studio delle situazioni di gioco e allenamento delle abilità tattiche (Pratica)</i></li> </ul>		

AREA		TOTALE 8 Unità Didattiche FAD CONI	
FISIOLOGIA DELLO SPORT			
<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Elementi di fisiologia dell'esercizio</b></li> </ul>	<b>4 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Struttura e funzione del sistema cardiorespiratorio</i></li> </ul>	Giuseppe Di Gioia	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Muscolo scheletrico: struttura e funzione</i></li> </ul>	Flavia Santoboni	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Controllo neuromuscolare</i></li> </ul>		1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>La riserva attuale di adattamento sistema endocrino: risposta acuta e cronica all'attività fisica</i></li> </ul>	Paolo Montera	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Composizione corporea per lo sport</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Determinazione della composizione corporea</i></li> </ul>		1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Struttura fisica, performance e attività fisica</i></li> </ul>	Raffaella Spada	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Controllo del peso corporeo: sovrappeso/obesità e sottopeso</i></li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Nutrizione sportiva</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Le basi della alimentazione/nutrizione sportiva: carboidrati, lipidi e proteine</i></li> </ul>	Alessio Franco	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Costo energetico a riposo e durante l'allenamento</i></li> </ul>		1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Idratazione giornaliera, in allenamento e gara</i></li> </ul>		

AREA		TOTALE 6 Unità Didattiche FAD CONI	
MEDICINA DELLO SPORT			
<b>4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Rapporti Medico &lt;-&gt; Staff Tecnico</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>La certificazione sportiva: non agonistica, agonistica, per lo sport professionistico</i></li> </ul>	Maria Rosaria Squeo	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>La composizione del team sanitario</i></li> </ul>	Andrea Ferretti	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Traumatologia dello sport</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Le lesioni traumatiche acute (muscolo-tendinee e osteo-articolari): inquadramento, classificazione e cenni di terapia</i></li> </ul>	Federica Alviti	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Patologia da carico / sovraccarico funzionale (dolore intra e post workout, tendinopatie, fratture da stress)</i></li> </ul>	Flavia Santoboni	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>DOMS e loro gestione</i></li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Primo soccorso in campo</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Elementi di primo soccorso traumatologico</i></li> </ul>	Alessandro Carrozzo	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Elementi di primo soccorso cardiologico</i></li> </ul>	Giuseppe Di Gioia	1 UD

AREA TECNOLOGICA		TOTALE 3 Unità Didattiche FAD CONI	
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Video analisi biomeccanica per lo sport</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cenni sulle telecamere e software</li> <li>○ Tipologie di analisi e dati misurabili</li> </ul>	Bruno Ruscello Dario Dalla	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Esempi di applicazioni pratiche nello sport di alto livello</li> </ul>	Vedova	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sensoristica inerziale per l'analisi del movimento</b></li> </ul>	<b>1 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cenni di fisica</li> <li>○ Applicazioni</li> <li>○ Vantaggi e svantaggi</li> </ul>	Chiara Ragona	1 UD

AREA EDUCAZIONE E PSICOLOGIA		TOTALE 10 Unità Didattiche FAD CONI	
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Metodi, modelli e costrutti in Psicologia dello Sport</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Imagery e autoefficacia nella prestazione sportiva</li> <li>○ Emozioni e motivazione</li> </ul>	Alessandro Cecilia	1 UD 1 U
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Benessere dell'atleta</b></li> </ul>	<b>1 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sport e disabilità</li> </ul>	Claudia Gambarino	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Elementi di mental coaching per l'alta performance</b></li> </ul>	<b>3 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Strumenti specifici e casi di studio 1</li> <li>○ Strumenti specifici e casi di studio 2</li> </ul>	Claudia Gambarino	1 UD 1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sport performance e atleti con disabilità</li> </ul>	Claudia Gambarino	1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Età evolutiva</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Individuazione del talento</li> <li>○ Sviluppo del talento</li> </ul>	Claudia Gambarino	1 UD 1 UD
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Neuroscienze e performance</b></li> </ul>	<b>2 UD</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Connessione fra neuroscienze e sport</li> <li>○ Processi specifici e decisionali: Problem solving; Anticipazione e decision making; choking under pressure</li> </ul>	Elisa Pagliano	1 UD 1 UD

<b>AREA</b>		<b>TOTALE 3 Unità Didattiche FAD CONI</b>	
<b>MANAGEMENT DELLO SPORT</b>			
<b>7</b>	<b>• Conoscenze e competenze manageriali del Tecnico sportivo</b>	<b>3 UD</b>	
	○ <i>Gestire la complessità</i>	Giovanni Esposito	1 UD
	○ <i>Gli aspetti organizzativi</i>		1 UD
	○ <i>Strategie per il successo del Tecnico sportivo</i>		1 UD

## **Docenti/Relatori Scuola dello Sport**

<b>Claudio Mantovani</b>	Referente Area Tecnica Scuola dello Sport - Sport e Salute S.p.A.
<b>Guido Ghirelli</b>	Psicologo Sociale e dello Sport. Formatore e consulente su Comunicazione, metodologie di Formazione e Management. Mental Coach per il Tennis e altri Sport individuali e di gruppo. Docente della Scuola dello Sport e Professore a contratto di Psicologia della Comunicazione presso l'Università di Pisa

## **Docenti/Relatori ISA/FISSW**

<b>Alessandro Staffa</b>	Responsabile Formazione Istruttori FISSW ISA International Course Presenter
<b>Nicolò Di Tullio</b>	Commissione Formazione FISSW ISA e ILS International Course Presenter
<b>Fabrizio Cicerale</b>	Commissione Formazione Surfing FISSW
<b>Pierluigi Mazzia</b>	Commissione Formazione Surfing FISSW
	Docente FISSW