

Sport

Istruttore - Allenatore - Preparatore atletico

Figure professionali preposte, in relazione a una specifica disciplina sportiva, al miglioramento delle condizioni atletiche.

- **Profilo professionale**
- **Formazione**
- **Accesso alla professione**
- **Indirizzi utili**
- **Informazioni locali**

● **Profilo professionale**

L'**Istruttore**, l'**Allenatore** e il **Preparatore atletico** sono tre figure che collaborano nel fornire all'atleta la preparazione di cui ha bisogno per affrontare l'attività sportiva, sia essa amatoriale o agonistica.

L'Istruttore insegna la disciplina ai singoli sportivi, di solito al di fuori di un contesto competitivo. L'Allenatore si occupa delle squadre e degli atleti che fanno agonismo, seguendo gli aspetti psicologici, fisici e tattici della loro attività. Le sue responsabilità e mansioni variano molto in base alla disciplina sportiva. Il Preparatore atletico si occupa della preparazione fisica, generale e individuale, degli atleti, cerca di prevenire gli infortuni e aiuta l'atleta a recuperare la forma fisica in caso di incidente. Collabora strettamente con l'allenatore e l'istruttore, e talvolta i tre ruoli possono essere ricoperti da un unico professionista.

Per svolgere al meglio questa professione è necessario possedere un'ottima preparazione

tecnica e una buona capacità comunicativa, bisogna essere in grado di motivare psicologicamente gli atleti e infondere loro fiducia. Inoltre è indispensabile avere conoscenze specifiche di anatomia, fisiologia e chinesiologia.

● **Formazione**

Nella maggioranza degli atenei italiani è stato attivato il corso di laurea triennale in Scienze Motorie, che sostituisce il diploma ISEF. Per avere indicazioni specifiche sulle modalità di accesso, le scadenze delle iscrizioni e gli obblighi di frequenza è necessario rivolgersi alle singole segreterie studenti.

Per esercitare la professione è necessario possedere anche un brevetto, che viene rilasciato dal CONI (per informazioni, www.coni.it), in collaborazione con le singole Federazioni sportive, a seguito della frequenza di un apposito corso di formazione. Ci sono livelli diversi di brevetto. Quelli di 1° e 2° livello vengono rilasciati dal CONI e sono comuni a tutti gli sport, mentre le singole Federazioni possono, a loro volta, stabilire dei livelli successivi di specializzazione. Una volta conseguito il brevetto di 1° o 2° livello è possibile allenare bambini o dilettanti. Salendo di livello si può arrivare ad allenare atleti professionisti. In molti sport l'inizio dell'attività professionale avviene sotto la supervisione di un allenatore

esperto.

I corsi per conseguire i brevetti sono organizzati delle Federazioni e si svolgono in periodi diversi dell'anno. Spesso sono a numero chiuso, quindi è necessario superare una preselezione per accedervi.

Mediamente hanno una durata compresa fra le 20 e le 60 ore e si svolgono in due o più fine settimana consecutivi. La quota d'iscrizione ai corsi viene stabilita dalle singole Federazioni. Al termine di ciascun corso è necessario superare un esame. Fra un corso e quello di livello superiore deve trascorrere un lasso di tempo stabilito dalle varie Federazioni, di solito di due anni.

Per esempio, per diventare allenatori di pallacanestro sono previsti un corso di primo livello (allievo allenatore) e uno di secondo (allenatore di base), della durata di 40 ore l'uno, e successivamente un corso di 3° livello (allenatore) della durata di 150 ore complessive divise su due anni, con un esame fra il primo e il secondo anno. Al termine del corso di 3° livello si è abilitati ad allenare le squadre nazionali fino alla serie B maschile e A1 femminile. Per allenare le squadre di serie A1 e A2 maschile è necessario frequentare il corso di 4° livello, della durata di due settimane.

Per accedere ai corsi è necessario avere almeno 18 anni, essere in possesso del diploma di scuola media superiore ed essere iscritti alla Federazione sportiva competente. Non è indispensabile l'esibizione del certificato medico, che comunque è richiesto per iscriversi alla Federazione.

Per ottenere informazioni più dettagliate sull'iter formativo delle singole discipline è necessario rivolgersi alle varie Federazioni. Sul sito del CONI (www.coni.it) è disponibile l'elenco completo delle Federazioni con i rispettivi recapiti e indirizzi internet.

Per allenare gli atleti disabili occorre rivolgersi alla Federazione Italiana Sport Disabili (www.fisd.it), che organizza i corsi per conseguire la qualifica di Allenatore nei vari sport. I requisiti fondamentali per l'iscrizione, il costo e la durata variano a seconda della disciplina. E' indispensabile

essere maggiorenni e tesserati presso il CIP (Comitato Italiano Paralimpico); inoltre è quasi sempre richiesta la laurea in Scienze Motorie o il possesso del brevetto di istruttore. Chi sia sprovvisto dei requisiti fondamentali può comunque partecipare al corso e conseguire la qualifica di Assistente Tecnico, con la quale è possibile collaborare con l'allenatore ma non allenare autonomamente gli atleti.

● **Accesso alla professione**

Non esiste una normativa definita che stabilisca i requisiti di accesso alle professioni di istruttore, allenatore e preparatore atletico. In base al contesto, per esercitarle può essere necessario il brevetto rilasciato dalle Federazioni sportive affiliate al CONI o la laurea in Scienze Motorie. La laurea è indispensabile per insegnare la ginnastica e le altre discipline sportive nelle palestre private. Il settore del fitness è tuttora privo di una regolamentazione precisa. Non esistendo una normativa nazionale che regoli questa disciplina o un albo dei maestri di fitness mancano i criteri precisi per valutare la professionalità degli istruttori. Dal momento che quest'area è in una fase di profonda riorganizzazione è bene consultare frequentemente il sito della FIAF - Federazione Italiana Aerobica e Fitness (www.fiaf.it) - per mantenersi aggiornati sui cambiamenti.

Nel caso si desideri aprire una palestra è necessario iscriversi all'Albo delle Imprese Artigiane presso la Camera di Commercio della propria città. E' indispensabile che almeno una delle persone che presteranno la propria opera nell'attività sia in possesso del diploma ISEF o della laurea in Scienze Motorie o abbia svolto attività di istruttore per almeno 18 mesi nei cinque anni precedenti e abbia frequentato un corso integrativo con esame finale.

Per ulteriori informazioni sull'argomento è consigliabile consultare le Schede Orientative dell'InformaGiovani *Imprenditorialità e Commercio*, oltre a consultare i siti della

Camera di Commercio (www.camcom.it) e (www.mettersinproprio.it) della Provincia di
dello sportello Mettersi in Proprio Torino

● Indirizzi utili

- CONI - COMITATO OLIMPIONICO NAZIONALE ITALIANO - largo Lauro De Bosis 15 - 00194 Roma - tel. 0636851
<http://www.coni.it> - E-mail: comunicazione@coni.it
- CIP - COMITATO ITALIANO PARALIMPICO - via Flaminia Nuova 830 - 00191 Roma - tel. 0636851 fax 0636857747 - 0636857778
<http://www.fisd.it> - E-mail: segreteria@comitatoparalimpico.it
- FIAF - FEDERAZIONE ITALIANA AEROBICA E FITNESS - casella postale 6284 - 00195 Roma - tel. 0637352328 fax 063720717
<http://www.fiaf.it> - E-mail: info@fiaf.it
- FIGC - FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO - via Gregorio Allegri 14 - 00198 Roma - tel. 0684911
<http://www.figc.it> - E-mail: figc.segreteria@figc.it
- FIN - FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO - Stadio Olimpico, curva nord - 00194 Roma - tel. 063226907
<http://www.federnuoto.it> - E-mail: info@federnuoto.it
- FIP - FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO - Comitato Nazionale Allenatori - lungo Tevere Flaminio 80 - 00196 Roma - tel. 0636856563 fax 0662276070
<http://www.allenatori.fip.it> - E-mail: allenatori@fip.it
- FIT - FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS - viale dei Gladiatori 8 - 00194 Roma - tel. 3242836 fax 063240422
<http://www.federtennis.it> - E-mail: segreteria@federtennis.it

● Informazioni locali

- CONI - COMITATO OLIMPIONICO NAZIONALE - Comitato regionale piemontese - via Giordano Bruno 191 - 10134 Torino - tel. 0113167303
<http://www.conipiemonte.net> - E-mail: piemonte@coni.it
- FISD PIEMONTE - FEDERAZIONE ITALIANA SPORT DISABILI - corso Stati Uniti 10 - 10128 Torino - tel. 011531445 fax. 01119791555
<http://www.fisdpiemonte.it> - E-mail: piemonte@comitatoparalimpico.it
- FIN - FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO - Comitato regionale Piemonte e Val d'Aosta - corso Orbassano 72 - 10136 Torino - tel. 0113040686 fax 0113040726
<http://www.federnuoto.it/piemonte> - E-mail: segreteria.piemonte@federnuoto.it
- FIP - FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO - Comitato regionale Piemonte - via Salerno 1 - 10152 Torino - tel. 0114360378
<http://www.piemonte.fip.it> - E-mail: info@piemonte.fip.it
- FIT - FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS - Comitato regionale Piemonte - via Malta 15 - 10141 Torino - tel. 0113858880 fax 0113858750
<http://www.fitpiemonte.com> - E-mail: segret@fitpiemonte.com
- FIGC - FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO - Comitato provinciale di Torino - corso Re Umberto 12 - 10121 Torino - tel. 0115185593

Trattando una grande massa di documentazione il CIG di Torino dipende dalle sue fonti come ogni centro di documentazione. Per questo motivo alcuni errori possono sfuggire al nostro controllo.

Vi preghiamo di scusarci anticipatamente e di volerceli segnalare.

Grazie per la collaborazione.

Copyright 2008 Centro InformaGiovani del Comune di Torino.

La riproduzione del presente documento è vietata.

La riproduzione parziale è consentita solo per uso pubblico e gratuito, citando la fonte.