



# SRF



**SCUOLA  
REGIONALE  
FORMAZIONE**



VENETO

&



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

VENETO

presentano

# **CORSO DI FORMAZIONE**

# **TECNICO 1° LIVELLO 2025/2026**



**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE SAMBO MMA**

Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804

E-mail: segreteria presidenza@federkombat.it – segretario@federkombat.it – segreteria@federkombat.it

Pec: federazione@pec.federkombat.it – Web: www.federkombat.it – C.F. / P.IVA n.07974780152



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI – Prov. nr. 1733 del 23/05/2023

Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. 1 del 12/02/2014

Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MB1394794 dal 11/06/1992

La FederKombat aderisce al progetto SNaQ-CONI (Sistema Nazionale di Qualifiche) che aderisce al Quadro Europeo di Qualifiche (EQF) e la creazione di sistemi europei di crediti per l'istruzione e la formazione professionale (ECVET). Il Comitato Regionale Veneto in collaborazione con la Scuola Regionale dello Sport del CONI presenta i nuovi corsi di formazione aggiornati dalla SNF (Scuola Nazionale di Formazione), che porteranno alla certificazione di Tecnico 1° livello CONI, i livelli superiori sono a cura della S.N.F.

## 1. INFORMAZIONI GENERALI

- Qualora gli iscritti al Corso non dovessero superare il numero minimo di 12 unità, il corso dovrà intendersi rimandato ad altra data da definire
- La mancata frequenza del corso non comporta il rimborso della somma versata

## 2. COSTO CORSI (unificati dalla Scuola Nazionale Formazione) e MODALITÀ DI PAGAMENTO

- **TECNICO 1° LIVELLO** **750,00 €** da versare in unica soluzione anticipata, oppure in 2 rate:
  - € 200,00 entro e non oltre il 3 giugno maggio 2026
  - € 550,00 entro e non oltre il 30 luglio 2025

*In contanti presso Palestra Fma di Camponogara o versamento attraverso bonifico bancario a:*

*FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING Comitato Regionale Veneto*

*BANCA PROSSIMA - IBAN IT44W0306967684510749165712*

*causale: iscrizione ISCRIZIONE CORSO PRIMO LIVELLO CONI*

## 3. REQUISITI e MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- 18 anni / cintura nera 1° grado o equivalente altro settore
- Iscrizione obbligatoria solo in piattaforma federale dal 22/05 al 03/06

## 4. ORE STUDIO – CREDITI

- **Tecnico 1° Livello:** Totale 72 ore 10 Crediti  
di cui 1/3 on line su piattaforma zoom e 2/3 in presenza in 5 weekend
- Modulo di Tirocinio effettuato presso società Affiliata: 40 ore

## 5. ESAMI

- **Tecnico 1° Livello:** Quiz di 30 domande in 30 minuti
- **Integrazione ESAG:** Quiz di 30 domande in 30 minuti



**Docenti federkombat - Docenti CONI Veneto - Docenti esterni**

ARGOMENTI DEL CORSO	CONTENUTI	ORE	
Storia e struttura federale e regolamenti	Nascita, cronologia storica, le specialità	2	Prof. Donato Milano
Organizzazione federale	Affiliazione, tesseramenti, amministrazione	2	Francesco Mazzoni
Arbitraggio	Struttura della CNA	2	Domenico Burniotto
Didattica	Principi di pedagogia. Ruoli e compiti dell'insegnante di SdC	2	Prof.ssa Nicoletta Bressa
Didattica	Struttura di una lezione\allenamento con adulti negli SdC	2	Prof. Donato Milano
Didattica	Principi base della comunicazione nell'insegnamento negli SdC	2	Prof.ssa Nicoletta Bressa
Psicologia dello sport	Comunicazione e metodi di insegnamento individuale e di gruppo negli SdC	2	Dott. Gianni Bonas
Psicologia dello sport	Motivazione alla pratica sportiva amatoriale e agonistica con particolari riferimenti agli SdC	2	Dott.ssa Marcella Bounous
Psicologia dello sport	Mental training e abilità mentali negli SdC	4	Dott.ssa Marcella Bounous
Alimentazione	Macronutrienti e micronutrienti, fabbisogno calorico. Principi di un'alimentazione corretta. Disturbi alimentari legati alla restrizione calorica (anoressia, bulimia, triade, ecc.)	2	Dott.ssa Ilaria Zago
Alimentazione	Nutrizione sportiva negli SdC in allenamento e gara.	2	Dott.ssa Ilaria Zago
Medicina dello sport	Regolamento sanitario. La concussione celebrale e traumi da contatto. Fermi medici e reintegro. Chiamata al 118. Primo soccorso.	2	Dott.ssa Maura Richini
Doping	Elementi generali (tabella sostanze, effetti, legislazione)	2	Dott.ssa Ilaria Zago
Anatomia e fisiologia	Anatomia e fisiologia dell'apparato locomotore	2	Dott.ssa Maura Richini
Anatomia e Fisiologia	Anatomia e fisiologia dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio	2	Dott.ssa Maura Richini
Anatomia e fisiologia	Anatomia e fisiologia del sistema nervoso e attivazione neuromuscolare	2	Dott.ssa Maura Richini
Anatomia e Fisiologia	Sistemi energetici	2	Dott.ssa Ilaria Zago
Metodologia dell'allenamento	Definizione di allenamento. Carico, recupero, supercompensazione.	2	Prof. Valter Durigon



Metodologia	Capacità coordinative negli SdC	2	Prof. Donato Milano
Metodologia	La forza negli SdC	2	Prof. Adriano Benedetti
Metodologia	La resistenza negli SdC	2	Prof. Adriano Benedetti
Metodologia	La velocità negli SdC	2	Prof. Donato Milano
Metodologia	La mobilità articolare negli SdC	2	Prof. Valter Durigon
Metodologia	Tecnica, tattica e strategia negli SdC	2	Prof. Valter Durigon
Periodizzazione	Periodizzazione dell'allenamento negli SdC	2	Prof. Donato Milano
Psicologia dello sport	Comunicazione tecnico-atleta in gara negli SdC (prima della gara; durante il combattimento e nel minuto di recupero; dopo la gara. Briefing e debriefing)	2	Da definire
<b>Totale parziale</b>		<b>54</b>	
<b>Tirocinio certificato presso una società affiliata</b>		<b>40</b>	

<b>ESAG</b>			
Aspetti anatomico-fisiologici e psicologici dell'allenamento in età evolutiva		2	Prof. Donato Milano
Tappe auxologiche e fasi sensibili dell'apprendimento motorio. La specializzazione prematura.		4	Prof. Donato Milano
Organizzazione della lezione under 12		2	Prof. Alberto Buson
Esercitazioni pratiche (gioco-avviamento-sport)		8	Alessio Marini
Progetti scolastici e Competizioni incentrate su abilità motorie diverse dal combattimento		2	Prof. Alberto Buson
<b>Totale parziale</b>		<b>18</b>	

<b>Totale ore di lezione frontale</b>	<b>72</b>
<b>Ore di studio a casa</b>	<b>40</b>
<b>Stage e pratica</b>	<b>68</b>
<b>TOTALE ORE SNAQ</b>	<b>240</b>





# FEDERKOMBAT

FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING • MUAY THAI • SAVATE • SHOOT BOXE • SAMBO • MMA



C.R. VENETO, PIAZZA CASTELLARO 37/A, Camponogara (VE) Tel: 041/4174712 MAIL: veneto@federkombat.it

## CALENDARIO

- 7/8 Giugno** Corso on line 8.30 - 18.30 (break dalle 12.30 alle 14.30)  
**Docenti del CONI Veneto**
- 27/28 settembre** Corso in presenza 8.30 - 18.30 (break dalle 12.30 alle 14.30) – sede da definire  
**Docenti Federkombat**
- 18/19 ottobre** Corso in presenza 8.30 - 18.30 (break dalle 12.30 alle 14.30) – sede da definire  
**Docenti Federkombat e Docenti esterni**
- 8/9 novembre** Corso in presenza 8.30 - 18.30 (break dalle 12.30 alle 14.30) – sede da definire  
**Docenti Federkombat**
- 13 dicembre** Corso in presenza 8.30 - 18.30 (break dalle 12.30 alle 14.30) – sede da definire  
**Docenti Federkombat e Docenti esterni**
- 31 Gennaio** Esame finale – sede da definire
- Per accedere all'esame finale sarà necessario aver svolto le ore di tirocinio previste presso una società affiliata.



**FEDERAZIONE ITALIANA KICKBOXING MUAY THAI SAVATE SHOOT BOXE SAMBO MMA**  
Via Alessandro Manzoni, 18 – 20900 – MONZA – MB – Italy – Tel. +39 039 321804  
E-mail: segreteria presidenza@federkombat.it – segretario@federkombat.it – segreteria@federkombat.it  
Pec: federazione@pec.federkombat.it – Web: www.federkombat.it – C.F. / P.IVA n.07974780152

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI – Prov. nr. 1733 del 23/05/2023  
Iscritta al Registro Persone giuridiche, Prefettura Monza Brianza nr. d'ordine 44 pag.169 del vol. 1 del 12/02/2014  
Iscritta al Registro Economico Amministrativo REA della CCIAA di Monza Brianza - MB1394794 dal 11/06/1992



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI