

C.M.A.S.

C.O.N.I.

C.I.P.S.



FEDERAZIONE ITALIANA PESCA SPORTIVA ATTIVITA' SUBACQUEE E NUOTO PINNATO

(F. I. P. S. A. S.)
Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma

Programmi Didattici Pesca in Apnea

Attività Subacquee

Indice

Indice	2
Premessa	3
Tipologia di Corso.....	4
Programmi Didattici.....	5
Scheda di Addestramento ai Corsi di Pesca in Apnea	10

PREMESSA

La didattica federale della pesca in apnea ha avuto origine nel 1995.

Dopo diversi anni, è necessaria una revisione e aggiornamento delle modalità organizzative, dei programmi didattici e degli standard tecnici di questa specializzazione sportiva.

Una esigenza non più rinviabile a causa delle mutate condizioni socio-ambientali che da tempo caratterizzano l'esercizio di questa attività e della necessità di avviare un impegno formativo e un più stretto rapporto con la pesca in apnea amatoriale.

Tipologia di Corso

I Corsi di Pesca in Apnea prevedono due soggetti distinti:

- a) Tecnici;**
- b) Allievi.**

Tecnici

Sono previste due distinte tipologie di Corsi per Tecnici:

a1) Corso per Istruttori

Corso riservato a tutti coloro che operano per la formazione dei pescatori amatoriali, sportivi ed agonistici.

È organizzato dal Comitato di Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato con la collaborazione di Società affiliate.

a2) Corso per Maestri

Corso riservato a tutti coloro che operano per la formazione degli istruttori di pesca in apnea, nonché per quella dei pescatori amatoriali, sportivi ed agonistici.

È organizzato dal Comitato di Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato.

Allievi

Sono previste tre distinte tipologie di Corsi per Allievi:

b1) Corso Amatoriale

È riservato a tutti coloro che desiderano esercitare la pesca in apnea come attività ludico-amatoriale

È di competenza dell'Istruttore e del Maestro di Pesca Apnea.

b2) Corso Sportivo

È riservato a coloro che desiderano esercitare in modo continuativo la pesca in apnea come attività tecnica e sportiva – non agonistica.

È di competenza dell'Istruttore e del Maestro di Pesca in Apnea.

b3) Corso Agonistico

È riservato ai pescatori sportivi che intendono svolgere attività agonistica.

È di competenza dell'Istruttore e del Maestro di Pesca in Apnea.

Programmi Didattici

Corso di Pesca in Apnea Amatoriale

Finalità

Il corso è indirizzato a tutti coloro che desiderano praticare la pesca in apnea in modo estemporaneo e amatoriale.

La finalità del corso è quella di offrire all'allievo:

- a) una conoscenza della legislazione vigente in materia di pesca in apnea;
- b) adeguate misure di sicurezza;
- c) un codice di comportamento;
- d) informazioni sulle AMP e sulle zone di tutela biologica.

Il programma didattico prevede semplici nozioni su:

- 1) norme che regolano l'esercizio della pesca in apnea in Italia;
- 2) politica ambientale;
- 3) rischi connessi all'immersione e alla pesca in apnea;
- 4) biologia marina e tecniche di pesca;
- 5) FIPSAS e Sport Subacqueo;
- 6) AMP, zone di tutela biologica e codice di comportamento del pescatore in apnea.

Standard Tecnici

Denominazione	Pesca in Apnea Amatoriale	
Codice	PPm	
Organizzazione	Società affiliate al Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato	
Brevetto	Formato credit card	supporto FP_93
Abilitato al rilascio	Istruttore o Maestro di Pesca in Apnea, iscritti all'ATS	
Età minima	16 anni (autorizzazione familiare richiesta per età inferiore a 18 anni)	
Requisiti minimi	Sufficiente abilità natatoria	
Ore minime in bacino delimitato	2 (DUE)	
Ore minime in acque libere	2 (DUE)	
Abilitazione	Attesta la capacità di esercitare la pesca in apnea in modo estemporaneo e amatoriale, nel rispetto dell'ambiente, della sicurezza e delle leggi vigenti.	
Equivalenza CMAS	nessuna	
Visita medica	Certificato medico sportivo non agonistico	
Rapporto allievi ISTR in B.D.	6/1	
Rapporto allievi ISTR in A.L.	2/1	

Corso di Pesca in Apnea Sportiva

Finalità

Il corso è indirizzato a tutti coloro che desiderano praticare la pesca in apnea in modo continuativo, in condizioni di sicurezza, con un adeguato bagaglio di conoscenze tecniche e una corretta preparazione psico-fisica.

La finalità del corso è quella di offrire all'allievo conoscenze su:

- a) tecniche di pesca in apnea;
- b) ambiente marino;
- c) misure di sicurezza;
- d) preparazione atletica;
- e) legislazione vigente sulla pesca in apnea in Italia;
- f) codice di comportamento del pescatore in apnea.

Il Programma didattico dovrà prevedere:

- 1) Nozioni di anatomia e fisiologia;
- 2) Patologie legate all'immersione;
- 3) Ecologia ed etologia dell'ambiente marino;
- 4) L'immersione in apnea e i rischi connessi;
- 5) Teoria e pratica delle tecniche di pesca;
- 6) Le attrezzature sportive;
- 7) Leggi sulla pesca;
- 8) AMP e codice di comportamento del pescatore in apnea;
- 9) Rianimazione e primo soccorso;
- 10) La FIPSAS e il Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato;
- 11) Storia dello sport subacqueo e della pesca in apnea.

Standard Tecnici

Denominazione	Pesca in Apnea Sportiva	
Codice	PPa	
Organizzazione	Società affiliate al Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato	
Brevetto	Formato credit card	supporto FP_93
Abilitato al rilascio	Istruttore o Maestro di Pesca in Apnea, iscritti all'ATS	
Età minima	16 anni (autorizzazione familiare richiesta per età inferiori ai 18 anni)	
Requisiti minimi	Buone capacità natatorie e apneistiche	
Ore minime in bacino delimitato	12 (DODICI). Per gli allievi in possesso del brevetto di apneista federale di II grado o del brevetto di apneista federale di III (o equiparato) o del brevetto di istruttore federale di apnea o del brevetto di allenatore federale di apnea/istruttore federale di apnea di II grado le ore minime in bacino delimitato sono 4 (QUATTRO).	
Ore minime in acque libere	8 (OTTO). Per gli allievi in possesso del brevetto di apneista federale di II grado o del brevetto di apneista federale di III (o equiparato) o del brevetto di istruttore federale di apnea o del brevetto di allenatore federale di apnea/istruttore federale di apnea di II grado le ore minime in acque libere sono 3 (TRE).	
Teoria	Minimo 10 (DIECI) ore	
Abilitazione	Attesta la capacità di esercitare la pesca in apnea in modo sportivo e continuativo nel rispetto dell'ambiente marino, delle condizioni di sicurezza e delle leggi vigenti.	
Equivalenza CMAS	nessuna	
Visita medica	Certificato medico sportivo non agonistico	
Rapporto allievi ISTR in B.D.	6/1	
Rapporto allievi ISTR in A.L.	2/1	

Kit e il suo contenuto	Manuale di Pesca in Apnea (facoltativo e acquistabile soltanto on-line).
------------------------	--

Corso di Pesca in Apnea Agonistica

Finalità

Il corso è riservato a tutti coloro che desiderano partecipare a gare di pesca in apnea organizzate dalla F.I.P.S.A.S. attraverso il Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato.

La finalità del corso è quella di formare pescatori in apnea in grado di affrontare il circuito agonistico federale con una adeguata preparazione tecnica e psico-fisica, conoscenza delle misure di sicurezza e il rispetto di un codice etico – sportivo.

Il corso sarà svolto da un Istruttore o da un Maestro di pesca in apnea, il quale avrà il compito di certificare la idoneità dell'allievo a partecipare al circuito agonistico federale.

Il Programma comprenderà (oltre a quanto previsto per il subacqueo sportivo):

- 1) Tecniche di allenamento;
- 2) Principi di alimentazione e dietetica;
- 3) Tecniche di gara;
- 4) Attrezzature specialistiche;
- 5) Conoscenza e lettura dei fondali;
- 6) Normative sulle gare di pesca in apnea.

Standard Tecnici

Denominazione	Pesca in Apnea Agonistica	
Codice	PPs	
Organizzazione	Società affiliate al Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato	
Brevetto	Formato credit card	supporto FP_93
Abilitato al rilascio	Istruttore o Maestro di Pesca in Apnea, iscritti all'ATS	
Età minima	18 anni	
Requisiti minimi	Ottime capacità natatorie e apneistiche	
Ore minime in bacino delimitato	16 (SEDICI). Per gli allievi in possesso del Brevetto di Pesca in Apnea Sportiva le ore minime in bacino delimitato sono 6 (SEI). Per gli allievi in possesso del brevetto di apneista federale di II grado o del brevetto di apneista federale di III grado (o equiparato) o del brevetto di istruttore federale di apnea o del brevetto di allenatore federale di apnea/istruttore federale di apnea di II grado le ore minime in bacino delimitato sono 7 (SETTE).	
Ore minime in acque libere	10 (DIECI). Per gli allievi in possesso del Brevetto di Pesca in Apnea Sportiva le ore minime in acque libere sono 4 (QUATTRO). Per gli allievi in possesso del brevetto di apneista federale di II grado o del brevetto di apneista federale di III (o equiparato) o del brevetto di istruttore federale di apnea o del brevetto di allenatore federale di apnea/istruttore federale di apnea di II grado le ore minime in acque libere sono 5 (CINQUE).	
Teoria	Minimo 15 (QUINDICI) ore. Per gli allievi in possesso del Brevetto di Pesca in Apnea Sportiva le ore minime di teoria sono 5 (CINQUE)	
Abilitazione	Attesta la capacità a partecipare a gare di pesca in apnea in condizioni di sicurezza con una preparazione tecnica e atletica adeguata.	
Equivalenza CMAS	nessuna	

Visita medica	Certificato medico sportivo non agonistico. Il certificato medico sportivo agonistico è obbligatorio solo per chi intende partecipare a gare di pesca in apnea.
Rapporto allievi ISTR in B.D.	6/1
Rapporto allievi ISTR in A.L.	2/1
Kit e il suo contenuto	Manuale di Pesca in Apnea (soltanto per chi non lo possiede). Il manuale è acquistabile soltanto on-line.

Considerazioni di carattere generale

Una lezione teorica non dovrà superare mai i 30/45 minuti.

Tempi più lunghi tendono a diminuire l'attenzione dell'allievo.

E' compito dell'istruttore mantenere sempre vivo l'interesse dell'allievo.

L'istruttore dovrà cercare di trasmettere all'allievo l'amore e le conoscenze dell'ambiente subacqueo che egli possiede, utilizzando esperienze dirette e simulando situazioni verosimili.

Sarà compito imprescindibile dell'istruttore realizzare una sintesi tra le tecniche di pesca e la conoscenza e il rispetto dell'ambiente marino.

Corso per Istruttori

Il corso per istruttori di pesca in apnea si articola in una serie di lezioni teorico/pratiche e nella verifica finale, per una durata minima di 45 ore, comprensive di almeno tre uscite in acque libere e di un minimo di quattro ore in bacino delimitato.

Il corso è organizzato da Società affiliate al Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato, su autorizzazione del Comitato di Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato e sotto la supervisione del Maestro incaricato.

Programma standard Corso Istruttori di Pesca in Apnea

1° Giorno	
Ore 09:00 – 09:30	Benvenuto – Presentazione delle finalità di un corso di Pesca in Apnea
Ore 09:30 – 10:30	Verifica e correzione domande di ripasso della guida istruttori
Ore 10:30 – 11:00	Materiale didattico – power point – schema di controllo in acqua di un gruppo e prove di briefing
Ore 11:00 – 12:00	Tecniche di comunicazione
Ore 12:00 – 13:00	Intervallo
Ore 13:00 – 15:00	Uscita in bacino delimitato
Ore 15:30 – 17:00	La F.I.P.S.A.S. in generale, la sua struttura organizzativa, il Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato

Ore 17:00 – 19:30	Tecniche di respirazione
2° giorno	
Ore 9:00 – 12:00	Uscita in acque libere
Ore 12:30 – 13:30	Intervallo
Ore 13:30 – 14:30	Breve storia della Pesca in Apnea – Codice Etico del Pescatore in Apnea – Pesca in Apnea Ecologica
Ore 14:30 – 16:30	Le gare di Pesca in Apnea
Ore 16:30 – 20:30	Gestione apneistica delle tecniche di pesca
3° giorno	
Ore 9:00 – 12:00	Uscita in acque libere
Ore 12:30 – 13:30	Intervallo
Ore 13:30 – 15:30	Nozioni di biologia marina
Ore 15:30 – 16:30	Le specie ittiche e i periodi riproduttivi
Ore 16:30 – 17:30	Tecniche di pesca
Ore 17:30 – 20:00	Attrezzature e balistica
4° giorno	
Ore 8:30 – 12:00	Uscita in acque libere con controllo del gruppo da parte dei candidati – Prove di tiro
Ore 12:30 – 13:30	Intervallo
Ore 13:30 – 14:30	Nozioni di fisica e anatomia che interessano l’Immersione in Apnea, con particolare riferimento alla Pesca in Apnea
Ore 14:30 – 15:30	Prevenzione e gestione degli incidenti nella Pesca in Apnea
Ore 15:30 – 17:30	La compensazione nella Pesca in Apnea

Ore 17:30 – 18:30	La legislazione vigente in materia di Pesca in Apnea
Ore 18:30 – 20:00	Tecniche di comunicazione Assegnazione micro lezioni
5° giorno	
Ore 8:00 – 13:00	Micro lezioni – Verifica finale

Prove teoriche e pratiche del candidato istruttore

Il candidato istruttore dovrà presentarsi al corso con la parte della guida istruttore intitolata “APPRENDIMENTO” debitamente compilata. Le eventuali correzioni saranno discusse in aula. Dovrà tenere una micro-lezione teorica sulla base di un powerpoint con 5 slide nella; il candidato avrà 1 giorno per preparare la lezione. L’esposizione dovrà durare circa 20 minuti.

Alla fine l’istruttore dovrà rispondere a 50 domande a risposta multipla.

L’istruttore dovrà essere in grado di eseguire correttamente i seguenti esercizi:

10 vasche da 25 mt stile libero senza interruzione;

10 vasche da 25 mt rana di superficie senza interruzione;

25 metri a rana subacquea;

75 metri con pinneggiata a stile alternato subacquea;

25 metri di profondità in mare con pinneggiata a stile alternato;

10 metri di profondità in mare a rana subacquea;

Assetto costante a -10 metri senza maschera;

Recupero dell’infortunato a -15 metri con simulazione dello sgancio della zavorra.

Esercizi per le tecniche di pesca

Avvicinamento a una tana

Aspetto

Agguato

Corso per Maestri

Il corso per Maestri di pesca in apnea si articola in una serie di lezioni teorico/pratiche e nella verifica finale, per una durata minima di 20 ore, comprensive di almeno tre ore in bacino delimitato.

Il corso è organizzato dal Comitato di Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato e sotto la supervisione di un Maestro incaricato.

Al corso possono accedere tutti gli istruttori in stato attivo con un minimo di 10 brevetti di pesca in apnea sportiva e/o agonistica rilasciati negli ultimi due 2 anni (rispetto alla data di svolgimento del corso), nonché tutti i possessori del titolo di maestro di pesca in apnea non aggiornato.

Programma standard Corso Maestri di Pesca in Apnea

1° Giorno

Ore 15:00 – 16:00	Benvenuto – Presentazione delle finalità di un corso per Maestro di Pesca in Apnea
Ore 16:00 – 17:30	Materiale didattico – power point – schema di controllo in acqua di un gruppo e prove di briefing
Ore 17:30 – 19:00	Tecniche di comunicazione
Ore 19:00 – 20:00	Gestione delle prove pratiche dei candidati istruttori
2° giorno	
Ore 9:00 – 12:00	Piscina
Ore 12:30 – 13:30	Intervallo
Ore 13:30 – 14:30	Tecniche di comunicazione
Ore 14:30 – 16:30	Tecniche di comunicazione
Ore 16:30 – 17:30	Gestione delle prove pratiche dei candidati istruttori
Ore 17:30 – 18:30	La legislazione vigente in materia di Pesca in Apnea
Ore 18:30 – 19:30	Tecniche di comunicazione Assegnazione micro lezioni
3° giorno	
Ore 8:00 – 13:00	Micro lezioni – Verifica finale
Ore 13:00 – 14:00	Intervallo
Ore 14:00 – 16:00	Micro lezioni – Verifica finale

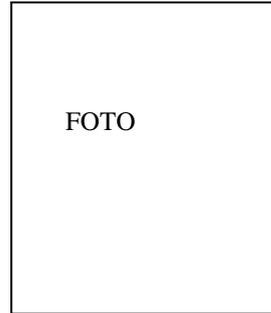
Prove teoriche e pratiche del candidato Maestro Gestione e prove pratiche per la gestione della valutazione istruttori

Dovrà comporre e tenere una micro-lezione teorica sulla base di un powerpoint con 5 slide; il candidato avrà 1 giorno per preparare la lezione. L'esposizione dovrà durare circa 20 minuti.

Discussione delle 50 domande a risposta multipla.

Dovrà essere in grado di eseguire correttamente i seguenti esercizi in acque confinate:
10 vasche da 25 mt stile libero senza interruzione;

10 vasche da 25 mt rana di superficie senza interruzione;
25 metri a rana subacquea;
50 metri con pinne a stile alternato subacquea.



SCHEDA DI ADDESTRAMENTO AI CORSI

Nome Allievo:

Data di nascita

Indirizzo

Telefono

Fax

Cellulare

E-Mail

In caso di emergenza contattare

Parentela

Indirizzo

Telefono

Nome istruttore e numero:

Nome circolo, associazione:

Richiesta brevetto

Firma

.....

Data.....

Dichiarazione di comprensione

Il / la sottoscritt.....
Nat..a.....il.....
Residente in..... provincia
Via o piazza.....n°.....cap.....
Tel.....Cell.....E-mail.....
Intende iscriversi al corso di pesca in apnea tenuto dall'istruttore
.....n°.....della
società

Prende atto:

- 1) Di essere a conoscenza delle responsabilità del mio istruttore, per la tutela della mia sicurezza;
- 2) Di conoscere le responsabilità contrattuali di entrambe le parti;
- 3) Di rispettare il programma formativo Federale e quanto suggerito dal mio istruttore per la tutela della mia sicurezza;
- 4) Di non commettere azioni che possano mettere in pericolo la mia persona o altri.

In relazione a quanto sopra, il / la sottoscritto/a solleva l'istruttore per tutta la durata del corso da ogni responsabilità per azioni al di fuori degli standard di sicurezza o causate per una mia negligenza o imperizia.

Il / la sottoscritto/a si impegna inoltre a curare l'attrezzatura fornita per il corso e a restituirla integra alla fine.

AUTORIZZAZIONE AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI

Il/La sottoscritto/a acquisite le informazioni di cui agli articoli 10, 11 e 13 della Legge 675/96 e successive modificazioni/integrazioni, autorizza e acconsente che i dati forniti – in particolare il recapito telefonico e l'indirizzo di posta elettronica – siano oggetto di trattamento nel rispetto dell'autorizzazione n° 1/1977 del Garante per la protezione dei dati personali (G.U. 272/97)

Allievo.....

Autocertificazione

Con la presente autocertificazione..l..sottoscritt.....

Dichiara che tutte le voci di sotto riportate e marcate corrispondono alla verità:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Precedenti esperienze subacquee | <input type="checkbox"/> Forti e frequenti mal di testa |
| <input type="checkbox"/> Recenti operazioni o malattie | <input type="checkbox"/> Infezioni alle orecchie |
| <input type="checkbox"/> Pratica di sport attivi | <input type="checkbox"/> Febbre da fieno |
| <input type="checkbox"/> Ricovero in ospedale | <input type="checkbox"/> Problemi ai seni frontali |
| <input type="checkbox"/> Difficoltà nella compensazione | <input type="checkbox"/> Asma |
| <input type="checkbox"/> Malattie gravi | <input type="checkbox"/> Tubercolosi |
| <input type="checkbox"/> Problemi mentali o d emotivi | <input type="checkbox"/> Problemi respiratori |
| <input type="checkbox"/> Handicap fisico | <input type="checkbox"/> Tossi persistenti |
| <input type="checkbox"/> Vertigini o svenimenti | <input type="checkbox"/> Difficoltà nella respirazione |
| <input type="checkbox"/> Medicine abituali | <input type="checkbox"/> Fumo |
| <input type="checkbox"/> Allergie, includere i medicinali | <input type="checkbox"/> Collasso |
| <input type="checkbox"/> Epilessia | <input type="checkbox"/> Diabete |
| <input type="checkbox"/> Alcolismo | <input type="checkbox"/> Occhiali o lenti a contatto |
| <input type="checkbox"/> Respinto da qualche attività per motivi medici | <input type="checkbox"/> Problemi di udito |
| <input type="checkbox"/> Problemi cardiaci | <input type="checkbox"/> Dolori al torace |
| <input type="checkbox"/> Frequenti raffreddori e mal di gola | <input type="checkbox"/> Altri problemi medici non elencati |
| <input type="checkbox"/> Mal di mare, aria, auto | <input type="checkbox"/> Claustrofobia |

Elencare tutti gli incidenti gravi, le cure ricevute e le medicine abituali:

.....
.....

Elencare le medicine che si stanno assumendo e perché:

.....
Data ultimo esame medico ed accertamenti effettuati:

.....
Io dichiaro che quanto sopra corrisponde alla verità.

Allievo.....

Istruttore.....

Data.....

