

## JUDO – 2026

### CORSI REGIONALI OBBLIGATORI DI AGGIORNAMENTO PER INSEGNANTI TECNICI

#### Caratteristica

Come stabilito dal Regolamento Organico Federale, gli Insegnanti Tecnici, ad eccezione dei Maestri Benemeriti, hanno l'obbligo di frequentare i Corsi annuali di Aggiornamento indetti dalla Federazione. Per tutti i Dirigenti Federali eletti (Centrali e Territoriali), i Docenti della Scuola Nazionale Federale, i Componenti delle Direzioni Tecniche Nazionali, della Commissione Nazionale Attività Giovanile, della Commissione Nazionale Insegnanti Tecnici e gli Insegnanti Tecnici convocati in qualità di Docenti ai suddetti Corsi, la partecipazione è facoltativa.

Per coloro che acquisiranno la qualifica di Allenatore Base nell'anno 2026, la partecipazione al Corso di Aggiornamento è obbligatoria a partire dalla stagione sportiva 2027.

I Comitati Regionali sono tenuti ad organizzare annualmente il Corso Regionale obbligatorio di Aggiornamento per gli Insegnanti Tecnici, proponendo una offerta formativa di almeno 24 ore al fine di facilitare il raggiungimento delle 12 ore di aggiornamento annuali obbligatorie per ciascun Insegnante Tecnico. E' preferibile che le 24 ore siano distribuite in almeno 6 moduli da 4 ore ciascuno ed in almeno 3 week-end differenti durante l'anno.

La località, la data di svolgimento, il programma orario e l'indicazione del/dei Docente/i devono essere comunicati alla Scuola Nazionale della scrivente Federazione (e-mail: [formazione.judo@fijlkam.it](mailto:formazione.judo@fijlkam.it)) **almeno 60 giorni prima** dello svolgimento del Corso.

Gli Insegnanti Tecnici assenti ingiustificati verranno informati dai Comitati Regionali di appartenenza che saranno posti "fuori quadro", pertanto, dovranno superare gli Esami Regionali di Riammissione nei Quadri Federali (i Comitati Regionali sono tenuti ad inviare alla Scuola Nazionale della scrivente Federazione, entro l'anno accademico, i nominativi degli Insegnanti Tecnici da porre fuori quadro).

Gli Insegnanti Tecnici possono partecipare al Corso presso un Comitato Regionale differente da quello di appartenenza solo in casi del tutto eccezionali e previa autorizzazione/accordo di entrambi i Presidenti di Settore dei Comitati Regionali interessati.

Gli Insegnanti Tecnici sono tenuti ad indossare, durante le ore di pratica, il judogi rigorosamente bianco.

#### Programma

- **8h obbligatorie** La Commissione Nazionale Insegnanti Tecnici propone, ove possibile dal punto di vista organizzativo, una differenziazione degli argomenti accorpando Allenatori Base con gli Allenatori e gli Istruttori con i Maestri. Le ore obbligatorie possono essere riproposte anche due volte nel corso dell'anno.

#### ALLENATORI BASE E ALLENATORI:

**4h** Progressione didattica dei Koshi Waza con l'applicazione pratica di Renraku e Gaeshi.

**1h** L'importanza del Judo come mezzo per fronteggiare il fenomeno del bullismo. Il principio etico educativo del Judo come supporto ad adolescenti e preadolescenti al fine di incanalare gli istinti e le emozioni che spesso risultano ingestibili per i ragazzi stessi. Il miglioramento della percezione di se stessi e l'autostima nei ragazzi più deboli e aiutare i più spavaldi a controllare l'aggressività.

**2h** Difesa Personale/MGA (Docenti individuati in accordo con la Scuola Nazionale Federale).

**1h** Progetto Sport a Scuola (Docenti individuati in accordo con la Scuola Nazionale Federale).

## **ISTRUTTORI E MAESTRI:**

**4h** La correlazione fra il Go-Kyo e il Nage-No-Kata, l'importanza della struttura tecnica e la sua applicazione pratica.

**1h** L'importanza del Judo come mezzo per fronteggiare il fenomeno del bullismo. Il principio etico educativo del Judo come supporto ad adolescenti e preadolescenti al fine di incanalare gli istinti e le emozioni che spesso risultano ingestibili per i ragazzi stessi. Il miglioramento della percezione di se stessi e l'autostima nei ragazzi più deboli e aiutare i più spavaldi a controllare l'aggressività.

**2h** Difesa Personale/MGA (Docenti individuati in accordo con la Scuola Nazionale Federale).

**1h** Progetto Sport a Scuola (Docenti individuati in accordo con la Scuola Nazionale Federale).

Per le restanti 4 ore, che completano il raggiungimento delle 12 ore obbligatorie di aggiornamento e nell'ottica di stimolare in maniera proficua le specifiche competenze degli Insegnanti Tecnici, il Comitato Regionale potrà scegliere gli argomenti tra quelli di seguito proposti:

- Attività Giovanile;
- Attività Master;
- Etica dei Rapporti tra Insegnanti Tecnici, Ufficiali di Gara ed Atleti;
- Disabilità in ogni sua componente;
- Linee Guida per Eventi Sportivi Sostenibili,  
<https://www.sport.governo.it/media/4304/linee-guida-eventi-sostenibili.pdf>
- Difesa Personale - MGA;
- Studio e pratica del Kata;
- Tutela Sanitaria (Nutrizionismo – Prevenzione Infortuni – Antidoping).

**N.B.** Per le restanti 4 ore, è possibile riconoscere anche un eventuale BONUS ORARIO DI AGGIORNAMENTO (da non confondere con credito formativo) per la partecipazione a:

- Attività di altri C.R. confinanti;
- Attività formative ufficiali IJF o EJU;
- Stage privati che abbiano concordato l'argomento e il formatore dello Stage con la CNIT e la Scuola Nazionale;
- Attività formativa agonistica del CTF e CTR che svolga un programma tecnico/didattico concordato con la CNIT e la Scuola Nazionale;
- Attività didattico formative specifiche il cui argomento e relatore siano stati concordati con la CNIT e la Scuola Nazionale.

### **Docenti**

I Docenti sono scelti da ciascun Comitato Regionale di Settore.

Le spese (docenza, viaggio ed eventuale soggiorno) sono a carico del Comitato Regionale competente.

### **Iscrizione**

Tutti gli Insegnanti Tecnici sono tenuti ad effettuare l'iscrizione ed il pagamento tramite la propria area riservata online, rispettando le tempistiche indicate nel comunicato regionale. La quota, a discrezione del Comitato Regionale, va da un minimo di € 50,00 ad un massimo di € 100,00.

Per eventuali Corsi di Aggiornamento straordinari, organizzati per consentire all'Insegnante Tecnico "assente ingiustificato" di non essere posto fuori quadro, Il Comitato Regionale può richiedere l'autorizzazione alla Scuola Nazionale della scrivente Federazione (e-mail: [formazione.judo@fjlkam.it](mailto:formazione.judo@fjlkam.it)) per prevedere un importo di € 30,00 come maggiorazione della quota di partecipazione a parziale copertura degli ulteriori costi organizzativi.