



## **ISTITUTO DUCHENNE** **SCUOLA ITALIANA di EDUCAZIONE FISICA**

### **REGOLAMENTO**

#### Parte I

Art.1) L'ISTITUTO DUCHENNE è un'organizzazione culturale dove si studia l'Educazione Fisica, con particolare riferimento alla Ginnastica Classica e alla Ginnastica Medica. L'ISTITUTO DUCHENNE opera come una Università privata di Educazione Fisica, riconosciuta dalla Società Italiana di Educazione Fisica (S.I.E.F.), per promuovere gli studi e la ricerca in tale settore, per promuovere la diffusione e la pratica dell'Educazione Fisica nella popolazione, per aggiornare gli insegnanti, per consentire a chiunque lo desideri, di avvicinarsi e conoscere la materia, e per formare i **MAESTRI di GINNASTICA**.

Art. 2) Docenti ed Assistenti.

I Docenti e gli Assistenti del Corso per MAESTRO di GINASTICA non ricevono attualmente alcun compenso monetario per le loro prestazioni di insegnamento. Essi partecipano alla vita dell'ISTITUTO DUCHENNE secondo le modalità indicate nel presente regolamento, possono frequentare tutte le Lezioni di Tutte le materie di studio, e tutti gli eventi culturali promossi dall'Istituto; possono inoltre analizzare e discutere insieme agli studenti le argomentazioni proposte da qualsiasi altro Docente o Assistente. Gli Assistenti collaborano con i Docenti all'insegnamento in tutti i suoi aspetti, incluso la preparazione delle Tesi da parte degli studenti, la cura della Biblioteca, la diffusione sui mezzi di comunicazione di massa, le relazioni con le altre scuole, istituti, enti pubblici e privati, l'organizzazione di manifestazioni di studio, la ricerca, la produzione di documentazioni dimostrative dell'efficacia e dell'utilità, delle tecniche I.D. nella Educazione Fisica, nella Ginnastica, o altro.

Art. 3) Tutte le iniziative culturali dell'ISTITUTO DUCHENNE sono aperte sia agli iscritti che ai non iscritti.

Art. 3 bis) La quota di iscrizione è annuale (*anno solare*), e può essere versata in qualsiasi giorno dell'anno, presso la segreteria dell'ISTITUTO DUCHENNE; tale quota di iscrizione consente la partecipazione agli eventi culturali promossi dall'ISTITUTO DUCHENNE ad un costo inferiore rispetto a chi non possiede l'iscrizione annuale, oltre agli altri benefici e facilitazioni (vedi di seguito). Tale quota è valida per l'anno solare per il quale è stata versata, eccetto che per i MAESTRI di GINNASTICA, per i quali vale per tutto l'anno di Corso..

Art. 3 ter) Gli iscritti possono essere ORDINARI, oppure COLLABORATORI.

L'iscrizione annuale all'ISTITUTO DUCHENNE dà diritto a:

- Accesso agli eventi culturali per l'anno in corso, *previa il pagamento delle quote stabilite per gli iscritti e richieste per ogni singolo evento.*
- Ricevere il notiziario mensile (o per posta, o via e-mail).
- Effettuare a titolo gratuito esercitazioni di tirocinio didattico previa accordi con gli insegnanti prescelti.
- Relazionare in prima persona in occasione di Convegni e Corsi
- Partecipare in modo propositivo alla vita dell'ISTITUTO DUCHENNE.
- Beneficiare della pubblicità promossa dall'ISTITUTO DUCHENNE.
- Iscrizione nell'elenco per il reperimento di personale insegnante in caso di richiesta.
- Frequentare la Biblioteca dell'ISTITUTO DUCHENNE
- Beneficiare dello sconto del 20% in caso di frequenza a corsi in Palestre ed impianti di Ginnastica dell'ISTITUTO DUCHENNE e dei COLLABORATORI.

Art. 4) Gli iscritti ordinari, che in occasione dei convegni di aggiornamento presentino relazioni proprie, avranno diritto alla partecipazione gratuita. Quando ciò sia da loro richiesto, essi dovranno presentare il lavoro almeno 20 giorni prima del corso e lasciare la relazione nell'archivio dell'ISTITUTO DUCHENNE.

Art. 5) Gli insegnanti che lavorano presso la sede dell'ISTITUTO DUCHENNE sono equiparati ai Maestri di Ginnastica quando sono in servizio all'interno dell'Istituto stesso.

Art. 6) Disposizioni generali.

L'ISTITUTO DUCHENNE si impegna a dare le massime opportunità di lavoro ai suoi iscritti. Eventuali modifiche che potranno essere apportate al presente Regolamento entreranno in vigore soltanto dall'anno solare successivo. Esse comunque non potranno mai essere in contrasto con i principi informatori e lo spirito di progresso e benessere sociale per la cui affermazione è sorto l'ISTITUTO DUCHENNE.

---

## Parte II

### CORSO PER MAESTRO di GINNASTICA

Art. 7) Il Corso per Maestro di Ginnastica è annuale e segue l'anno scolastico, da settembre a luglio. Esso rappresenta una specializzazione post-laurea per i laureati in Scienze Motorie, per diplomati ISEF, Fisioterapisti, allenatori sportivi, ecc., ed è, in ogni caso, aperto a chiunque voglia studiare la Ginnastica, che sia maggiorenne e che sia in possesso del Diploma di Maturità.

Art. 8) Il Diploma di Maestro di Ginnastica rilasciato alla fine del Corso, dopo il superamento di tutti gli esami, incluso l'esame di Tesi, attesta la conoscenza della Ginnastica Classica e delle Tecniche I.D.. Esso è requisito indispensabile per chi voglia diventare COLLABORATORE dell'ISTITUTO DUCHENNE, secondo le modalità previste nella Parte III di questo Regolamento.

Il Diploma di Maestro di Ginnastica è attualmente riconosciuto dall'ISTITUTO DUCHENNE e dalla S.I.E.F..

Art. 9) Il Corso per Maestro di Ginnastica è tenuto da studiosi che fondano il loro insegnamento sulla verifica pratica, sulla ricerca e sull'esperienza diretta nella materia da loro insegnata.

Art. 10) Frequenza.

Il CORSO per MAESTRO di GINNASTICA è prevalentemente pratico. Gli studenti sono direttamente coinvolti nella ricerca e partecipano essi stessi alla didattica col loro contributo di esperienze vissute anche in altri settori dell'attività motoria (sportiva, militare, circense, ecc.). È per questo motivo che la frequenza alle lezioni è obbligatoria. In caso di assenza giustificata, lo studente è tenuto a documentarsi sull'argomento delle lezioni perse ed a dimostrarne la loro conoscenza in sede di esame sia pratico, che teorico.

Art. 11) Lezioni.

Le lezioni si svolgono seguendo il calendario ed il luogo previsto all'inizio del Corso. Potranno essere apportate delle variazioni per motivi di forza maggiore o per accordi tra insegnanti e studenti. Esse si svolgono generalmente presso l'ISTITUTO DUCHENNE nei fine settimana (un fine settimana al mese per 10 mesi) per consentire a chi lavora di poterle frequentare. Potranno essere programmati, seguendo le modalità previste dal regolamento, anche incontri di studio occasionali, presso altre sedi.

Art. 12) Il Corso comprende:

- I 10 Convegni di Aggiornamento che si svolgono il sabato pomeriggio in 10 fine settimana, un fine settimana ogni mese, tranne che nei mesi di luglio e agosto. Essi comprendono anche alcune lezioni teoriche del piano di studi.
- Lezioni teoriche aggiuntive in giorni stabiliti anno per anno (come per esempio, il Corso di RADIOLOGIA OSTEOARTICOLARE)
- Le lezioni pratiche nel corso delle lezioni di Ginnastica secondo le tecniche I.D., relative ai 10 Convegni di aggiornamento.
- Lezioni pratiche di Didattica secondo le tecniche I.D..
- Lezioni pratiche aggiuntive (come, per esempio, il "Corso Intensivo").
- Il Tirocinio obbligatorio, da effettuarsi presso lo stesso ISTITUTO DUCHENNE, oppure presso altre palestre autorizzate (vedi art. 13)
- Il CONGRESSO annuale della Società Italiana di Educazione Fisica (SIEF). *Anche quest'ultimo fa parte integrante del piano di studi (a meno che, nell'anno di corso, esso non venga svolto). Per questo motivo esso rientra negli obblighi di frequenza. A tale Congresso anche gli studenti possono presentare le loro relazioni.*
- Incontri di studio occasionali programmati in accordo con gli studenti.

Art. 13) Tirocinio.

Il Tirocinio è obbligatorio (80 ore) e può essere svolto presso l'ISTITUTO DUCHENNE, o anche presso le palestre di Collaboratori riconosciuti dall'ISTITUTO DUCHENNE, previa accordi con gli stessi. Prima di sostenere l'esame finale, il candidato deve presentare in segreteria le firme di frequenza per le ore di Tirocinio effettivamente svolte.

*Nota: le ore svolte di Tirocinio devono essere documentate con i fogli di presenza controfirmati dal docente incaricato.*

Art. 14) PIANO di STUDI (vedi anche il libretto illustrativo predisposto anno per anno).

## ANATOMIA

Questo corso è così suddiviso:

- OSTEOLOGIA (6 ore)
- ARTROLOGIA (6 ore)
- MIOLOGIA (6 ore)
- Elementi di ANATOMIA GENERALE (Sistema Nervoso centrale e periferico, Apparato digerente e uro-genitale, Sistema Cardio-circolatorio e della Respirazione, Sistema Endocrino) (9 ore)

RADIOLOGIA OSTEOARTICOLARE (8 ore)

TEORIA della GINNASTICA (14 ore)

STORIA della GINNASTICA (12 ore)

Elementi di FISIOLOGIA GENERALE (9 ore)

GINNASTICA Pre e Post- parto (4 ore)

GINNASTICA secondo le tecniche I.D. (20 ore)

DIDATTICA secondo le tecniche I.D. (20 ore)

*GINNASTICA CORRETTIVA\**

*GINNASTICA MEDICA\**

*FISIOLOGIA DEI MOVIMENTI\**

*Elementi di PATOLOGIA dell'APPARATO LOCOMOTORE\**

TIROCINIO (80 ore)

*\*- Queste 4 materie contrassegnate con l'asterisco vengono svolte in contemporanea durante lo svolgimento dei 10 CONVEGNI mensili di Aggiornamento, allo scopo di realizzare, durante le spiegazioni, i collegamenti necessari alla comprensione della scelta e dei meccanismi d'azione degli esercizi. Ad esse viene dedicato un tempo complessivo di 40 ore.*

Il Piano di Studi comprende, oltre alle materie indicate (152 ore, più 80 ore di Tirocinio), la frequenza al Corso intensivo, e la partecipazione al CONGRESSO annuale della SIEF.

Art. 15) Modalità di iscrizione.

L'iscrizione al Corso per Maestro di Ginnastica è aperta dal mese di gennaio dell'anno del Corso al quale si richiede l'iscrizione, e resta aperta fino all'inizio del Corso che avviene nel mese di settembre dello stesso anno. La domanda di iscrizione deve essere consegnata alla Segreteria dell'ISTITUTO DUCHENNE, allegando i documenti del "curriculum vitae" con autocertificazione. L'accettazione delle domande di iscrizione è subordinata al possesso dei requisiti richiesti ed al pagamento della quota prevista. La quota di iscrizione può essere pagata per intero, oppure anche in due rate (metà al momento dell'iscrizione e l'altra metà dopo sei mesi) e comprende anche l'iscrizione alla S.I.E.F. per i mesi di settembre, ottobre, novembre e dicembre.

*In via straordinaria e con accordi con il Direttore, è possibile l'iscrizione al Corso anche durante l'anno, con la clausola che le lezioni già svolte saranno recuperate l'anno successivo, con il conseguente spostamento degli esami ad esse relativi.*

#### Art. 16) ESAMI.

Il CORSO si conclude col superamento di una prova di esame *pratico*, di una prova di esame *teorico* su tutte le materie del corso, e la discussione della Tesi, che rappresenta l'esame conclusivo del Corso. Gli esami sono pubblici e si svolgono in tre sessioni: sessione estiva, sessione autunnale, sessione di febbraio. *Gli studenti devono iscriversi alla sessione di esame da loro prescelta, almeno 20 giorni prima, comunicando tale loro scelta alla segreteria dell'Istituto.*

Il mancato superamento di qualsiasi esame rinvia lo studente alla sessione di esame successiva.

**ESAME PRATICO:** l'esame pratico può essere sostenuto in qualunque momento del Corso.

L'esame pratico in palestra è preceduto dalla prova di acquaticità, consistente nella dimostrazione della capacità di spostamento a piacere e di sicurezza *in acqua fonda*. Essa si svolgerà nella piscina che sarà indicata ai candidati al termine del Corso in un giorno prestabilito. Questa prova ha soltanto lo scopo di verificare la dimestichezza del candidato con l'ambiente acquatico e non la precisione del gesto natatorio specifico per ogni stile.

L'esame pratico vero e proprio consiste nel superamento sia delle prove richieste dagli esaminatori, che delle seguenti **PROVE OBBLIGATORIE**:

- Salita alla fune con modalità detta alla "marinara".
- Salita (a piacere) alla prima pertica del Palco di Salita, traslocazione in alto a tutte le pertiche disponibili, discesa (a piacere) dall'ultima pertica disponibile.
- Salita all'inizio della scala orizzontale, traslocazione saltata ai montanti laterali della scala orizzontale, uscita con discesa dal punto morto posteriore.
- Saltelli alla funicella avanti a piedi uniti rimbalzo singolo; incrocio avanti, incrocio indietro, anche questi a piedi uniti e rimbalzo singolo (almeno 4 saltelli consecutivi per ognuna di queste tecniche), ed il doppio giro avanti a piedi uniti (almeno 1). Sono concessi tre tentativi per ogni prova qui indicata.
- Salita sull'asse d'equilibrio Baumann, sostenuta dai tre piedi di altezza normale e posizionata dalla parte piatta, traslocazione su tutto l'attrezzo e discesa di lato con balzello a piedi uniti (sono possibili 3 tentativi).
- Quadro svedese: entrata a piacere, traslocazione dentro ai quadri a scelta del candidato fino all'ultima riga, discesa sempre dentro ai quadri a scelta del candidato, uscita a piacere.
- STG: verticale – presa poplitea – uscita in capovolta indietro ed in avanti.
- N. 10 piegamenti sulle braccia eseguiti agli appoggi Baumann dalla posizione di corpo proteso dietro.
- Salto in basso con partenza da in piedi sopra alla scala orizzontale posta all'altezza di almeno m 2, con atterraggio su materasso alto almeno 30 cm.

**ESAMI TEORICI:** gli esami teorici possono essere affrontati durante l'anno e comunque fino alla sessione di febbraio. Gli esami teorici possono svolgersi:

- 1) Al termine di ogni singolo corso, previa accordo con il docente del corso stesso. La commissione esaminatrice di questo esame sarà composta dal docente titolare della materia e da due suoi assistenti.
- 2) In una delle tre sessioni (estiva, autunnale, di febbraio), previste al termine dell'intero Corso. Il candidato potrà scegliere se affrontare gli esami separatamente per ogni singola materia, oppure per tutte le materie insieme. In questo ultimo caso, il candidato sostiene la prova pratica al mattino del giorno da lui prescelto nell'ambito delle tre sessioni di esame e, al pomeriggio dello stesso giorno, sostiene l'esame per tutte le materie teoriche. Secondo questa modalità, saranno presenti all'esame tutti i docenti di tutte le materie del Corso.

*Nota: terminate le sessioni di esame relative all'anno del Corso, il candidato, per potere proseguire gli studi e le prove di esame e concludere così il suo ciclo di studi, dovrà iscriversi come "fuori corso".*

#### Art. 17) Studenti fuori corso.

Nel caso in cui lo studente non riesca per motivi diversi a completare il ciclo di lezioni programmato, o comunque non superi tutti gli esami nelle tre sessioni previste (estiva, autunnale e di febbraio), incluso l'esame di Tsi, potrà ripetere l'anno iscrivendosi come *fuori corso*. Tale anno sarà il terzo dopo l'inizio del Corso, essendo il secondo quello delle prove d'esame. Già nel secondo anno tuttavia, se lo studente desidera mantenere la possibilità di frequentare gli eventi culturali previsti (ossia ripetere la frequenza in quanto scelta sua) senza dovere pagare i costi di ciascun evento, potrà iscriversi a questo secondo anno come *fuori corso* pagando la quota di iscrizione nella misura di un quarto rispetto a quella iniziale, e così via per tutti gli anni successivi nei quali si troverà nello stato di fuori corso. In questo modo, egli potrà continuare a beneficiare di tutte le possibilità di frequenza e di studio al pari di un qualsiasi studente di Corso. Questa possibilità potrà ripetersi nel tempo a discrezione dello studente fino al conseguimento del Diploma di Maestro di Ginnastica. *In caso diverso, lo studente che avendo già frequentato il suo anno di Corso voglia continuare la frequenza agli eventi culturali, lo potrà fare pagando la quota di iscrizione annua all'ISTITUTO DUCHENNE ed il costo di ogni singolo evento da lui prescelto.*

Nel caso di abbandono degli studi con una interruzione superiore ad un anno, lo studente potrà ugualmente riprendere gli studi pagando la quota di iscrizione come fuori corso.

#### Art. 18) TESI

La discussione della Tesi di Diploma conclude il ciclo degli studi. L'esame di tesi può essere sostenuto soltanto tutti gli altri esami sono stati superati e previa l'autorizzazione della segreteria asseverante la regolarità degli studi compiuti in merito:

- 1) Alle firme di frequenza
- 2) Al superamento degli esami sia pratico, che teorici
- 3) Alle ore di Tirocinio obbligatorio
- 4) Alla regolarità del pagamento delle quote di iscrizione

La Tesi potrà essere svolta su un argomento a scelta dello studente, inerente alle materie di studio e concordato con un docente, che sarà Relatore.

Il titolo dell'argomento di tesi scelto dal candidato e concordato con un docente del corso che ne sarà Relatore, deve essere depositato in segreteria almeno 6 mesi prima della discussione.

La tesi stampata secondo le modalità indicate dall'insegnante in almeno 3 copie rilegate (una per il candidato, una per il relatore, una per la Biblioteca dell'ISTITUTO DUCHENNE, dove sarà messa in visione per la commissione esaminatrice), deve essere consegnata alla segreteria, almeno 20 giorni prima della discussione, per consentirne la lettura.

La discussione delle tesi avverrà in una delle tre sessioni (estiva, autunnale e di febbraio).

#### Art. 19) DIPLOMA

Il Diploma di Maestro di Ginnastica si consegue superando l'esame di Tesi. Esso viene consegnato in occasione della inaugurazione dell'anno di studio che avviene ogni anno entro il mese di gennaio.

---

### Parte III

#### COLLABORATORI DELL'ISTITUTO DUCHENNE

Art.20) Sono COLLABORATORI dell'ISTITUTO DUCHENNE i Maestri di Ginnastica diplomati presso l'Istituto stesso che hanno conseguito, secondo le modalità elencate nell'articolo 23 del presente Regolamento, il diritto ad esporre il LOGOTIPO dell'ISTITUTO DUCHENNE presso la propria palestra o studio di Educazione Fisica.

#### Art. 21) Significato del LOGOTIPO.

L'esposizione del Logotipo attesta il rapporto di fiducia e collaborazione esistente tra chi lo possiede e l'ISTITUTO DUCHENNE. I Collaboratori infatti, si impegnano a mantenersi aggiornati riguardo alle "tecniche I.D." e collaborano con l'ISTITUTO DUCHENNE e con la S.I.E.F. negli studi, nella ricerca e nella successiva promozione e diffusione nella popolazione dell'Educazione Fisica e della Ginnastica Classica. Tale collaborazione si concretizza in particolare nell'organizzazione di incontri, conferenze o dibattiti nella loro palestra, oppure in collaborazione con l'associazionismo locale, o anche nelle scuole, ecc.

#### Art. 22) ELENCO dei Collaboratori.

Il LOGOTIPO viene rinnovato entro il mese di dicembre e consegnato in occasione dell'inaugurazione dell'anno di studio che avviene nel mese di gennaio di ogni anno, stante il permanere del rapporto di fiducia e collaborazione (Art. 21) e la frequenza al/ai corso/i di aggiornamento previsti (Art. 24). L'elenco dei COLLABORATORI, aggiornato anno per anno, viene inserito nel sito Internet sia dell'ISTITUTO DUCHENNE, che della S.I.E.F., a disposizione degli utenti, che possono così individuare gli insegnanti esperti nelle Tecniche I.D..

#### Art. 23) Modalità richieste per il conseguimento e la conferma annuale del LOGOTIPO.

Per ottenere il LOGOTIPO è necessario soddisfare i seguenti requisiti:

1. Possedere il diploma di Maestro di Ginnastica conseguito presso l'ISTITUTO DUCHENNE.
2. Disporre nella palestra dove si lavora, o nel proprio studio di Educazione Fisica, degli attrezzi necessari per praticare ed insegnare la Ginnastica secondo le tecniche I.D..

3. Dare prova del proprio impegno nello studio e nella ricerca nel settore (per esempio attraverso la presentazione di lavori in occasione dei Convegni di aggiornamento, o di Congressi S.I.E.F., ecc.)
4. Attenersi alle indicazioni date dall'ISTITUTO DUCHENNE nella terminologia e nello svolgimento dell'azione educativa, pubblicitaria, di promozione ed anche di comportamento nei confronti degli allievi, degli enti pubblici, ecc.
5. Impegnarsi a svolgere l'aggiornamento annuale riservato ai COLLABORATORI (Art.24), secondo date stabilite nel Calendario annuale degli eventi di studio.
6. Versare la quota annuale prevista, e stabilita anno per anno dalla Direzione, comprendente l'iscrizione all'ISTITUTO DUCHENNE, la frequenza al corso di aggiornamento **riservato**, e la quota associativa alla S.I.E.F.. Il COLLABORATORE ha diritto con ciò, all'accesso gratuito, a sua scelta, a tutti gli eventi culturali promossi dall'ISTITUTO DUCHENNE.

La richiesta di nuovo LOGOTIPO presentata dal Maestro di Ginnastica e di rinnovo deve pervenire alla Segreteria dell'ISTITUTO DUCHENNE entro il 30 novembre e viene discussa dal Collegio dei Docenti entro il 15 dicembre di ogni anno.

#### Art. 24) Aggiornamento annuale.

L'aggiornamento consiste in uno o due incontri all'anno RISERVATI ai COLLABORATORI, nei quali vengono presentati e discussi vari aspetti relativi alle "Tecniche I.D." e la cui data è inserita nel Calendario degli eventi culturali stabiliti annualmente. La presenza a tali incontri è obbligatoria, e costituisce una condizione per rimanere iscritti nell'elenco dei COLLABORATORI. Ogni deroga a quanto sopra andrà discussa e decisa in sede di Collegio dei Docenti.