

CORSO DI FORMAZIONE DI 2° LIVELLO GIOVANILE - Maestro Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi (T12) date: 1/2 - 8/9 - 15/16 Febbraio 2020 Cadidavid (VR)		
GIORNO 1 (1 febbraio 2020)		
8.30/12.30	Ritrovo e prova pratica di ammissione	pista Bmx Verona - ingresso Via Sogare a lato pizzeria Grotta Azzurra 3
14.15-14.30	Presentazione del corso - Benvenuto	
14.30/15.30	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat. Giovanissimi. Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà.	CONI Point Via Forte Tomba 7, Cadidavid - Verona
15.30/18.30	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo	
GIORNO 2 (2 febbraio 2020)		
8.30/10.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica	pista Bmx Verona - ingresso Via Sogare a lato pizzeria Grotta Azzurra 3
10.30/12.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica	
14.00/16.00	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	CONI Point Via Forte Tomba 7, Cadidavid - Verona
16.00/18.00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	
18.00/20.00	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	
GIORNO 3 (8 febbraio 2020)		
8.30/12.30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX	pista Bmx Verona - ingresso Via Sogare a lato pizzeria Grotta Azzurra 3
14.00/16.00	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)	CONI Point Via Forte Tomba 7, Cadidavid - Verona
16.00/18.00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada	
GIORNO 4 (9 febbraio 2020)		
8.30/10.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi	Anello ciclabile Caselle di Sommacampagna - Via Campagnola Vecchia
10.30/12.30	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso asfaltato. Circuito tipo GIMCANA. Circuito di esercizi individuali e in gruppo su percorso tipo strada.	

14.00/16.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale Circuito tipo XC/CC. Circuito tipo ability-gravity	
16.00/19.00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino	sala Polifunzionale Caselle - Via Scuole 51 Caselle di Sommacampagna
GIORNO 5 (15 febbraio 2020)		
8.30/10.30	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	CONI Point Via Forte Tomba 7, Cadidavid - Verona
10.30/12.30	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	
14.00/16.00	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili	
17.00/18.00	L'approccio alla disabilità (prima parte)	
GIORNO 6 (16 febbraio 2020)		
8.30/10.30	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	Palestra Polisportiva Caselle vicino ai campi da tennis. Parcheggio presso cimitero di Caselle di Sommacampagna
10.30/12.30	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	
14.00/16.00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	sala Polifunzionale Caselle - Via Scuole 51 Caselle di Sommacampagna
16.00/17.00	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale)	
	Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) Questionario di Gradimento	