

**CORSO DI FORMAZIONE DI 2° LIVELLO GIOVANILE - Maestro Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi (T12)
Caltanissetta 18 - 19 gennaio; 24 - 26 gennaio; 31 gennaio - 1 febbraio 2020**

sabato 18 gennaio		
9.00/13.00	Ritrovo e prova pratica di ammissione	Scrofani/Gangemi/ Valuri
14.45/15.00	Presentazione del corso - Benvenuto	Comitato Regionale
15.00/16.00	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat.Giovanissimi. Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà.	Valuri
16.00/18.00	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)	Valuri
domenica 19 gennaio		
8.30/10.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica	Scrofani/Gangemi
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	Scrofani/Gangemi
14.00/16.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX (parte a)	Scrofani/Gangemi
16.00/19.00	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo	Gangemi
venerdì 24 gennaio		
14.00/16.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX (parte b)	Scrofani/Gangemi
16.00/18.00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada	Di Bella
18.00/19.00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	Uccellatore
sabato 25 gennaio		
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	Scrofani/Gangemi
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.	Scrofani/Gangemi
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	Scrofani/Gangemi
16.00/18.00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	Di Paola
18.00/19.00	L'approccio alla disabilità	Di Paola
domenica 26 gennaio		
9.00/11.00	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	Di Paola
11.00/13.00	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 - PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	Di Paola
14.30/16.30	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	Di Paola
16.30/18.30	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	Di Paola
venerdì 31 gennaio		
15.00/19.00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino	Valuri
sabato 1 febbraio		

9.00/11.00	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili	Valuri
11.00/13.00	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	Di Paola
14.30/16.30	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	Di Paola
16.30/18.30	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) Questionario di Gradimento	Valuri
ESAME ABILITAZIONE	Entro 3 mesi dalla fine del corso	
Con il colore VERDE la PROVA DI AMMISSIONE e le lezioni del MODULO TECNICO-PRATICO		
Con il colore GIALLO le LEZIONI PRATICHE in PALESTRA		