

CORSO SPECIALE DI FORMAZIONE T12+GUIDA - FENIS (AO)		
SONO CONSENTITE MASSIMO 10 ORE DI ASSENZA SOLO SULLE LEZIONI ONLINE		
Guida + T12		
ore	lunedì 14 settembre 2020	
	09.00	Ritrovo e prova pratica di ammissione (SU TURNAZIONE)
INIZIO CORSO SPECIALE DI FORMAZIONE T12+GUIDA		
Lezioni teoriche svolte online con Didattica a Distanza su piattaforma ZOOM		
T12	martedì 15 settembre 2020	
	15.00-15.30	Presentazione e apertura del corso - Benvenuto
1,00	15.30/16.30	I corsi della FCI - Normativa di riferimento: Corso per T12-Cat.Giovanissimi + Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà
2,00	16.30/18.30	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. Le Scuole di Ciclismo
2,00	18.30/20.30	La bicicletta: cenni generali e aspetti posturali: posizione del bambino in bicicletta
T12	mercoledì 16 settembre 2020	
3,00	17.30/20.30	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino
T12	giovedì 17 settembre 2020	
3,00	17.30/20.30	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento
T12	venerdì 18 settembre 2020	
2,00	17.30/19.30	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada) I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili.
2,00	19.30/21.30	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella Cat. Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada. Aspetti legati alla sicurezza nella Cat. Giovanissimi
T12	sabato 19 settembre 2020	
3,0	9.00/12.00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Il gioco educativo L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Il preatletismo
	17.30/19.30	Introduzione all'esame finale del Corso T12 Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada)
domenica 20 settembre 2020		
1,0	9.00/10.00	Il Corso di specializzazione per Guida Ciclo-Turistico-Sportiva. Normativa di riferimento. Lo SNaQ - CONI
2,0	10.00/12.00	Introduzione all'esame finale del corso GUIDA: indicazioni operative per la realizzazione dei PW Presentazione di alcuni PW esemplificativi
GUIDA	lunedì 21 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Scelta del mezzo e corretta posizione in bicicletta in relazione al mezzo utilizzato
2,0	19.30/21.30	Meccanica pratica di emergenza e semplice manutenzione del mezzo. E-BIKE.
GUIDA	martedì 22 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Ruolo e competenze specifiche del "Tour Leader"
2,0	19.30/21.30	L'attività di "Tour Leading": Briefing di preparazione; organizzazione generale; gestione delle emergenze e degli imprevisti
GUIDA	mercoledì 23 settembre 2020	
1,5	17.30/19.00	Marketing e management (1)
1,5	19.00/20.30	Marketing e management (2)
GUIDA	giovedì 24 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Attività di animazione sportiva e servizi in strutture ciclistiche specializzate: scuole di ciclismo, bike-park, bike-resort, palestre.
2,0	19.30/21.30	Aspetti di prevenzione e sicurezza per l'attività fisica in ambiente naturale.
GUIDA	venerdì 25 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Pedalare in sicurezza: lezione teorico-pratica
2,0	19.30/21.30	Conoscenza del territorio e dell'ambiente
GUIDA	sabato 26 settembre 2020	
2,0	15.30/17.30	Aspetti assicurativi, fiscali e di responsabilità civile verso terzi
1,5	17.30/19.00	Comunicazione 1: relazione con i clienti turisti
1,5	19.00/20.30	Comunicazione 2: relazione con i clienti turisti
GUIDA	domenica 27 settembre 2020	
2,0	9.00/11.00	Orientamento e Orienteering
1,0	11.00/12.00	Comprensione delle previsioni meteo e consultazione di siti web.
1,0	12.00/13.00	Uso del GPS e applicazioni pratiche. Carteggio.
GUIDA	lunedì 28 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Allenamento (1): principi generali di valutazione dell'impegno fisico
2,0	19.30/21.30	Allenamento (2): principi fondamentali e parametri del carico, valutazione dei parametri di sforzo
GUIDA	martedì 29 settembre 2020	
2,0	14.30/16.30	Allenamento (3): aspetti generali e specifici del ciclismo escursionistico e delle lunghe distanze
1,5	16.30/18.00	Inglese (glossario terminologia tecnica)
2,0	18.00/20.00	Individuazione, analisi, revisione e assegnazione dei Project Work
GUIDA	mercoledì 30 settembre 2020	
2,0	17.30/19.30	Alimentazione e idratazione.
2,0	19.30/21.30	Nozioni di primo soccorso.
FINE DELLE LEZIONI TEORICHE ONLINE SU PIATTAFORMA ZOOM		
INIZIO DELLE LEZIONI PRATICHE CON DIDATTICA FRONTALE E PRATICA SPORTIVA IN GRUPPO		
T12	sabato 3 ottobre 2020	
3,0	9.30/12.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1+2: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). - Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica. - Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica
3,0	14.00/17.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB. Circuiti di esercizi su percorso naturale. Circuito tipo XC/CC/DH.
2,0	17.00/19.00	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi
T12	domenica 4 ottobre 2020	
1,5	9.00/10.30	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.
1,5	10.30/12.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale. Circuito tipo ability-gravity e BMX
1,5	13.00/14.30	L'attività generale in PALESTRA cat. G1-G2-G3 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
1,5	14.30/16.00	L'attività generale in PALESTRA cat. G4-G5-G6 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
GUIDA	sabato 10 ottobre 2020	
2,0	9.00/11.00	Orientamento e Orienteering 1 (pratica)
2,0	11.00/13.00	Orientamento e Orienteering 2 (pratica)
2,0	14.00/16.00	Esercitazioni pratiche in bicicletta (prevenzione e sicurezza)
GUIDA	domenica 11 ottobre 2020	
2,0	9.00/11.00	Esercitazioni pratiche in bicicletta (gestione del gruppo)
1,5	11.00/12.30	Esercitazioni pratiche in bicicletta (gestione delle emergenze)
2,0	12.30/14.30	Esercitazione pratica di "Tour Leading".
FINE DELLE LEZIONI PRATICHE CON DIDATTICA FRONTALE E PRATICA SPORTIVA IN GRUPPO		
sabato 28 novembre 2020		
	09:00	ESAME FINALE CORSO T12
domenica 29 novembre 2020		
	09:00	ESAME FINALE CORSO GUIDA CICLO-TURISTICA-SPORTIVA
FINE CORSO SPECIALE DI FORMAZIONE T12+GUIDA		
88,0	SONO CONSENTITE MASSIMO 10 ORE DI ASSENZA SOLO SULLE LEZIONI ONLINE	