



**CORSI UNIFICATI DI  
FORMAZIONE ED AGGIORNAMENTO PER  
TECNICI DI CICLISMO**  
(ex Direttore Sportivo e ex Maestro di Mountainbike)

**Maestro Istruttore Categorie Promozionali e  
Giovanissimi - 1° livello**

**Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche  
Giovanili - 2° livello**

**Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche  
Internazionali - 3° livello**

Approvata dal C.F. del 30 ottobre 2015 e modificata dal CF del 26 aprile 2016

Normative di riferimento approvate  
dal C.F. del 24.09.2007 e C.F. del 03.09.2009 e successive modifiche

## INDICE

Introduzione .....	2
Organizzazione dei corsi .....	2
Controversie .....	2
<b>CORSO PER MAESTRO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI - 1° LIVELLO (ex T1 e MM) .....</b>	<b>3</b>
Obiettivi del corso .....	3
Requisiti per l'ammissione .....	4
Struttura del corso.....	4
Tirocinio .....	5
Ammissione alla valutazione finale .....	5
Esame .....	6
Tesseramento dei Maestri Istruttori di 1° livello (a decorrere dalla stagione 2017) .....	8
Aggiornamento.....	8
<b>CORSO PER TECNICO ALLENATORE CATEGORIE AGONISTICHE GIOVANILI -2° LIVELLO (ex T2 e B2) .....</b>	<b>9</b>
Obiettivi del corso .....	9
Requisiti per l'ammissione .....	9
Struttura del corso.....	9
Tirocinio .....	10
Ammissione alla valutazione finale .....	11
Esame .....	11
Tesseramento dei Tecnici di 2° livello (a decorrere dalla stagione 2017) .....	12
Aggiornamenti .....	13
<b>CORSO PER TECNICO ALLENATORE CATEGORIE INTERNAZIONALI - 3° LIVELLO (ex T3 e B3).....</b>	<b>14</b>
Obiettivi del corso .....	14
Requisiti per l'ammissione .....	14
Struttura del corso.....	15
Tirocinio .....	15
Ammissione alla valutazione finale .....	16
Esame .....	17
Tesseramento dei Tecnici di 3° livello (a decorrere dalla stagione 2017) .....	18
Aggiornamenti .....	18

## **Introduzione**

Il presente progetto di formazione fa riferimento ai nuovi aspetti normativi ed ai relativi aggiornamenti del Settore Studi nazionale riguardanti la formazione, in generale, dei tecnici di ciclismo, ne recepisce i contenuti e le indicazioni in essi riportati, con particolare riferimento allo SNaQ (Sistema Nazionale delle Qualifiche dei Tecnici Sportivi), condotto e promosso in Italia dalla Scuola dello Sport del CONI. Lo SNaQ rappresenta il modello generale di riferimento per il conseguimento delle qualifiche degli operatori sportivi ed in modo particolare per quanto attiene la formazione dei tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali (FSN) e delle Discipline Sportive Associate (DSA).

Di conseguenza si rende necessario aggiornare la normativa per l'attività didattica dei corsi per Tecnici di Ciclismo (normative di riferimento approvate dal C.F. del 24.09.2007 e C.F. del 03.09.2009 e successive modifiche).

## **Organizzazione dei corsi**

L'organizzazione dei corsi di formazione e di aggiornamento per "Maestro Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi - 1° livello" e "Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche Giovanili - 2° livello" è affidata ai Comitati Regionali in stretta collaborazione ed accordo per tutti gli aspetti gestionali e di programmazione con il Settore Studi nazionale, mentre i corsi di formazione e di aggiornamento per "Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche Internazionali - 3° livello" vengono organizzati a livello nazionale dal Settore Studi nazionale, con la collaborazione del Comitato Regionale di competenza territoriale.

Il Settore Studi nazionale definirà i programmi didattici di tutti i livelli (per una necessaria uniformità su tutto il territorio nazionale) e provvederà a formare ed aggiornare docenti ed istruttori; provvederà inoltre alla tenuta dell'elenco dei docenti e degli istruttori abilitati ad operare all'interno dei corsi. Provvederà alla diffusione di detto elenco e del materiale didattico e della modulistica aggiornati, presso i Comitati Regionali.

I corsi di 1° e 2° livello sono organizzati ed amministrati dai Comitati Regionali con il supporto del Settore Studi nazionale che provvederà a nominare ed incaricare un docente o un istruttore che svolgerà la funzione di supervisore per la necessaria uniformità didattica sul territorio nazionale. Il Comitato Regionale corrisponderà al Settore Studi nazionale, a copertura delle spese generali previste, una frazione della quota incassata per ogni iscritto (v. allegati A e B).

## **Controversie**

Per ogni controversia inerente la normativa vigente che si verifichi durante i corsi, l'effettuazione degli esami, l'abilitazione dei corsisti e la ratifica del corso, la decisione viene presa insindacabilmente dal Settore Studi nazionale, unico organo deputato al controllo sulla validità dei corsi.

# **CORSO PER MAESTRO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI - 1° LIVELLO (ex T1 e MM)**

## **Obiettivi del corso**

Gli obiettivi del corso di formazione mirano ad ottimizzare la preparazione di coloro che si apprestano ad operare con i bambini che praticano lo sport del ciclismo.

Poiché l'attività del Maestro Istruttore di 1° livello si rivolge in particolare ai giovanissimi debuttanti che vogliono apprendere le cose più semplici relative al mezzo (bicicletta) e al modo di usarlo correttamente evitando pericoli per sé e per gli altri, l'aspirante deve dimostrare di conoscere i differenti obiettivi che possono essere raggiunti dai giovani che appartengono ad una fascia di età che parte dall'infanzia (5 anni) ed arriva alla preadolescenza (12 anni) e le modalità di sviluppo più indicate sia in base all'età che alle competenze motorie possedute e da sviluppare.

La formazione del Maestro Istruttore di 1° livello pertanto fa riferimento principalmente agli aspetti educativi e psicopedagogici, evidenziando la propedeuticità dell'attività delle Categorie Promozionali, che rappresentano un ruolo fondamentale per l'avviamento alle categorie agonistiche.

Per questi motivi il Maestro Istruttore di 1° livello deve comprendere l'importanza e la propedeuticità del loro lavoro con i giovanissimi in funzione anche dell'avviamento alla pratica sportiva di tutte le specialità ciclistiche (fuoristrada, strada e pista) in ottica multidisciplinare e interdisciplinare.

Più che principi generali e nozioni teoriche, che incontrano talvolta difficoltà nell'applicazione pratica, il programma del corso è finalizzato a fornire i modelli di riferimento attuali, per dare le competenze necessarie a ricoprire il ruolo formativo, indispensabile per operare con queste fasce di età. Inoltre il Maestro Istruttore di 1° livello deve essere in grado di indirizzare correttamente i suoi interventi anche con praticanti, sia giovani che adulti, che vogliono migliorare gradualmente le proprie capacità tecniche in bicicletta. Deve, quindi, dimostrare di conoscere le propedeuticità didattiche delle esercitazioni e le modalità per svilupparle e consolidarle a seconda del caso e delle fasce d'età cui si rivolge. Deve essere in grado, pertanto, di orientare e proporre esercizi e attività ciclistiche, anche su tracciati diversi, in relazione alle effettive capacità individuali degli allievi.

Il Maestro Istruttore di 1° livello deve conoscere accuratamente il mezzo (la bicicletta) e saper insegnare ad usarlo nel migliore dei modi nelle situazioni tipiche delle diverse specialità del ciclismo.

Deve mirare al miglioramento delle capacità coordinative specifiche e condizionali di base dei giovani ciclisti. A questo scopo saranno approfonditi alcuni problemi riguardanti l'insegnamento

e lo sviluppo delle tecniche di guida e di conduzione del mezzo nelle diverse situazioni del ciclismo in genere. Saranno inoltre di fondamentale importanza nella formazione del Maestro Istruttore di 1° livello conoscenze riguardo i principi, psicologici e pedagogici dello sviluppo umano e della pratica sportiva.

### **Requisiti per l'ammissione**

1. compimento del 18° anno di età;
2. diploma di scuola media inferiore;
3. non avere a proprio carico squalifiche in corso;
4. versamento della relativa quota di iscrizione\*.

\* *comprensiva del materiale didattico, annualmente aggiornato e prodotto dal Settore Studi nazionale e fornito ai Comitati Regionali in una copia (CD o DVD). Il supporto conterrà in formato digitale le lezioni per i Docenti e le relative dispense per i corsisti. Sarà premura dei Responsabili Regionali produrre le copie dei dischetti od il materiale cartaceo da distribuire ai corsisti all'inizio del corso.*

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).  
Le modalità di pagamento saranno stabilite tramite comunicato ufficiale.

### **Struttura del corso**

Il corso ha la durata di 69 ore delle quali 4 sono previste per la prova pratica di ammissione al corso e 2 per la somministrazione dei questionari di fine corso e 20 di tirocinio ed è formato da un Modulo Generale di 29 ore ed un Modulo Tecnico-Pratico di 14 ore.

	<b>Ore previste</b>	<b>Ore assenza consentite</b>	<b>Ore di presenza obbligatorie</b>
Prova di ammissione e questionari	6	0	6
Modulo Generale	29	8	21
Modulo Tecnico-Pratico	14	4	10
Tirocinio	20	0	20
<b>TOTALE</b>	<b>69</b>	<b>12</b>	<b>57</b>

*(Tabella 1)*

Nel caso di ore di assenza superiori al numero consentito, giustificate per validi motivi (salute - lavoro) e documentate, è possibile, previa autorizzazione delle Segreteria del corso, completare il monte ore previsto recuperando le stesse ore di lezione in un corso di formazione equivalente e successivamente sostenere la valutazione finale, anche in un'altra Regione.

L'esame si terrà entro 3 mesi dalla fine del corso.

## **Tirocinio**

Al termine del corso, l'aspirante Maestro Istruttore di 1° livello deve inviare alla Segreteria del corso il registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") compilato in ogni sua parte. L'aspirante Maestro Istruttore di 1° livello deve svolgere l'attività di tirocinio, venti (20) ore, presso una Scuola di Ciclismo riconosciuta, o una Società ciclistica affiliata, affiancato da un Maestro Istruttore di 1° livello, o da un Tecnico di 2° livello, che svolge la funzione di Tutor nei confronti dell'aspirante.

Il Tutor deve essere già abilitato e tesserato con la FCI, nell'anno in corso.

Il Tutor è il diretto ed unico responsabile dell'attività tecnica e delle esercitazioni svolte dal gruppo o dalla squadra durante il tirocinio dell'aspirante Maestro Istruttore di 1° livello.

Il tirocinante non ha responsabilità dirette nella conduzione e nella preparazione del gruppo e/o della squadra.

E' cura del Tutor accompagnare e supportare il tirocinante al fine dello sviluppo di tutte quelle esperienze tecnico-pratiche necessarie alla conduzione di una squadra di Giovanissimi.

In particolare, durante l'attività di tirocinio, l'aspirante deve acquisire esperienze riguardo:

- capacità tecniche di guida per gli esercizi di base;
- capacità tecnico-didattiche e comunicative;
- promozione
- capacità di gestione e di organizzazione dell'attività tecnico-formativa per tutti i giovani già in possesso delle abilità tecniche di base;
- ruolo e responsabilità del tecnico nella formazione dei giovani atleti;
- sviluppo di competenze utili per l'avviamento dell'attività sportiva in ottica multidisciplinare.

Durante il tirocinio, l'aspirante Maestro Istruttore di 1° livello deve compilare l'apposito registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") e inviarlo all'organizzatore del corso unitamente alla scheda di valutazione del tirocinio compilata dal Tutor (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download"), che descrive e valuta l'attività svolta dall'aspirante.

La mancanza della valutazione del Tutor, costituirà motivo per la non ammissione all'esame.

## **Ammissione alla valutazione finale**

Alle valutazioni finali sono ammessi soltanto coloro che:

- abbiano partecipato ad almeno 31 delle 43 ore di lezione previste (sono escluse le ore riservate alla prova di ammissione e ai questionari di fine corso). Per certificare le presenze

fanno fede le firme che il corsista ha apposto sui fogli firma di entrata/uscita e la mancanza della firma conferma insindacabilmente l'assenza v. tabella 1;

- abbiano inviato alla Segreteria del corso, nei termini previsti dal comunicato ufficiale, la modulistica descritta nel paragrafo precedente (v. Tirocinio) ed una tesina elaborata individualmente.

Di seguito riportiamo le indicazioni per l'elaborazione della tesina:

- deve essere breve e sintetica, per un massimo di 2-3 cartelle escluse le foto;
- deve contenere i dati del candidato (nome cognome, corso frequentato ed esame a cui è iscritto, tutto con le relative date).

L'argomento della tesina deve riguardare uno dei seguenti aspetti a scelta del candidato:

- a) la progressione didattica di un esercizio di tecnica specifica;
- b) il programma di una esercitazione, descrivendone gli obiettivi, le fasce di età a cui è rivolta, le attività svolte e le eventuali modalità di soluzione delle problematiche tecnico-specifiche affrontate;
- c) un argomento tra quelli trattati durante le lezioni del corso;
- d) descrizione del tirocinio effettuato.

## **Esame**

L'esame di abilitazione è distinto in due parti: una inerente il Modulo Generale ed una inerente il Modulo Tecnico-Pratico.

L'esame di abilitazione per il *Modulo Generale* prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati durante il modulo Base (20 minuti), che sarà somministrato al termine delle lezioni del corso;
- un colloquio finale che i corsisti affronteranno con la Commissione di Valutazione, che comprenderà la discussione delle domande del questionario relative al Modulo Generale.

Il punteggio è assegnato con i seguenti criteri:

- fino ad un massimo di 20 punti per la valutazione del questionario (1 punto per ogni risposta esatta);
- fino ad un massimo di 40 punti per il colloquio orale.

Il superamento della prima parte dell'esame (condizione per l'accesso alla seconda parte) è conseguito con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in sessantesimi (minimo richiesto 36/60).

L'esame di abilitazione per il *Modulo Tecnico-Pratico* prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati nel Modulo Tecnico-Pratico (20 minuti), che sarà somministrato al termine delle lezioni del corso;
- la valutazione della tesina;
- la valutazione della prova pratica.

Il punteggio è assegnato con i seguenti criteri:

- fino ad un massimo di 10 punti per la valutazione del questionario (mezzo punto per ogni risposta esatta);
- fino ad un massimo di 5 punti per la valutazione della tesina;
- fino ad un massimo di 25 punti per la valutazione della prova pratica finale a carattere multidisciplinare.

La prova pratica finale consiste nell'esecuzione di un breve percorso, con esercizi tecnici e di guida con valenze multidisciplinari, prevedendo tratti con ostacoli naturali e/o artificiali, da superare con padronanza e sicurezza.

Il superamento della seconda parte dell'esame è conseguito con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in quarantesimi (minimo richiesto 24/40).

L'abilitazione a Maestro Istruttore di 1° livello è conseguita con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in centesimi (minimo richiesto 60/100).

L'esame finale sarà organizzato prevedendo prima il Modulo Generale e successivamente il Modulo Tecnico-Pratico.

L'aspirante che non supera l'esame relativo al Modulo Generale non può accedere all'esame relativo al Modulo Tecnico-Pratico e dovrà ripetere l'esame in una sessione successiva, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso, in una qualsiasi Regione.

L'aspirante che, al termine dell'esame finale, risulterà idoneo solo al Modulo Generale, dovrà ripetere, in una sessione successiva, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso, in una qualsiasi Regione, solo la parte di esame relativa al Modulo Specifico.

L'aspirante che, al termine dell'esame finale, risulterà idoneo solo alla parte relativa al Modulo Specifico, dovrà ripetere, in una sessione di esame successiva, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso, in una qualsiasi Regione, l'intero esame finale (Modulo Generale e Modulo Tecnico-Pratico).

Coloro che risulteranno assenti o non idonei all'esame di abilitazione, potranno presentarsi, in accordo con l'organizzatore del corso, in una sessione di esame successiva, anche in un'altra Regione, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso.



La Commissione d'esame è formata da tre componenti individuati tra Docenti e Istruttori nominati in accordo tra il Comitato Regionale e il Settore Studi nazionale. Un rappresentante del Comitato Regionale, o un suo delegato, può assistere agli esami in qualità di supervisore per una verifica sull'andamento dei lavori nel rispetto della normativa vigente.

### **Tesseramento dei Maestri Istruttori di 1° livello (non ancora in attuazione)**

Superato l'esame, il conseguimento della qualifica di Maestro Istruttore di 1° livello avverrà successivamente alla richiesta di tesseramento. Tale richiesta deve avvenire entro 90 giorni dalla data di esame, in mancanza della richiesta della tessera, la permanenza nell'elenco è subordinata al versamento di una quota annuale, stabilita dal Consiglio Federale, che per l'anno 2016 è pari ad €20. L'inserimento del nuovo Maestro Istruttore di 1° livello nel sistema informatico istituito dal Settore Studi nazionale avverrà successivamente al completo espletamento della richiesta di tesseramento di Maestro Istruttore di 1° livello.

### **Aggiornamento**

I Tecnici di 1° livello abilitati devono frequentare, ogni biennio, un corso di aggiornamento di 4 ore, al fine di poter rinnovare il tesseramento. L'organizzazione di tali corsi è affidata ai Comitati Regionali che impiegheranno docenti e istruttori abilitati ed aggiornati dal Settore Studi nazionale. E' possibile frequentare le 4 ore di aggiornamento in qualsiasi Regione, o nelle sessioni di aggiornamento nazionali proposte dal Settore Studi nazionale.

Le date previste per i corsi di aggiornamento sono pubblicate sull'organo ufficiale della Federazione Ciclistica Italiana, nella sezione dedicata (<http://www.feder ciclismo.it/it/course/?year=2016>).

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).

Le modalità di pagamento saranno comunicate dal Comitato Regionale tramite comunicato ufficiale.

L'aggiornamento biennale non effettuato deve essere comunque recuperato all'interno di un corso di formazione di pari livello, sommando le ore perse (4 o più) a quelle della stagione corrente. La quota prevista aumenterà di conseguenza.

Coloro i quali abbiano conseguito qualifiche FCI (Tecnici, i Direttori di Corsa, i Giudici di Gara) dopo il 28/01/2010 e che non effettuano aggiornamenti da più di 10 anni mantengono la qualifica, ma perdono la possibilità di tesserarsi presso società sportive affiliate fino al totale recupero, in accordo con il Settore Studi nazionale, delle ore di aggiornamento mancanti.

L'iscrizione e la frequenza a un corso di formazione per Tecnici o master, con il conseguente superamento dell'esame finale, nel biennio di riferimento per l'aggiornamento dovuto, soddisfa le esigenze di aggiornamento biennale stabilite dalla presente normativa.

# **CORSO PER TECNICO ALLENATORE CATEGORIE AGONISTICHE GIOVANILI – 2° LIVELLO (ex T2 e B2)**

## **Obiettivi del corso**

Gli obiettivi fondamentali che caratterizzano la formazione dell'allenatore delle categorie Esordienti, Donne Esordienti ed Allievi, Donne Allieve sono di carattere multidisciplinare. Consistono nel trasmettere le principali conoscenze tecniche e tattiche di tutte le specialità del ciclismo ed nell'introdurre ai principi fondamentali dell'allenamento, mediante l'acquisizione di competenze specifiche che consentano di valutare adeguatamente le fasi di sviluppo ed intervenire correttamente in relazione alla categoria ed alla specialità (strada, pista e fuoristrada) sia in ottica multidisciplinare che in relazione alle differenze fra maschi e femmine.

Questo allo scopo di favorire un graduale avviamento all'agonismo, incentivando le componenti di socializzazione e di crescita individuale, nel rispetto degli impegni scolastici.

## **Requisiti per l'ammissione**

1. diploma di scuola media inferiore;
2. possesso della tessera da Maestro Istruttore di 1° livello (per la copertura assicurativa);
3. non avere a proprio carico squalifiche in corso;
4. versamento della relativa quota di iscrizione\*.

\* comprensiva del materiale didattico, annualmente aggiornato e prodotto dal Settore Studi nazionale e fornito ai Comitati Regionali in una copia (CD o DVD). Il supporto conterrà in formato digitale le lezioni per i Docenti e le relative dispense per i corsisti. Sarà premura dei Responsabili Regionali produrre le copie dei dischetti od il materiale cartaceo da distribuire ai corsisti all'inizio del corso.

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).

Le modalità di pagamento saranno stabilite tramite comunicato ufficiale.

## **Struttura del corso**

Le lezioni sono tenute da docenti abilitati ed aggiornati dal Settore Studi nazionale, seguendo un unico programma su tutto il territorio nazionale. Il corso ha la durata di 60 ore ed è formato da un Modulo Generale di 40 ore e da un Modulo Tecnico-Pratico di 20 ore.

	<b>Ore previste</b>	<b>Ore assenza consentite</b>	<b>Ore di presenza obbligatorie</b>
Modulo Generale	40	8	32
Modulo Tecnico-Pratico	20	4	16
Tirocinio	30	0	30
<b>TOTALE</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>78</b>

(Tabella 2)

Nel caso di ore di assenza superiori al numero consentito, giustificate per validi motivi (salute - lavoro) e documentate, è possibile, previa autorizzazione delle Segreterie del corso, completare il monte ore previsto recuperando le stesse ore di lezione in un corso di formazione equivalente e successivamente sostenere la valutazione finale, anche in un'altra Regione.

L'esame si terrà tra i tre e i sei mesi dalla fine del corso.

## **Tirocinio**

Al termine del corso, l'aspirante Tecnico di 2° livello deve inviare alla Segreteria del corso il registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") compilato in ogni sua parte. L'aspirante Tecnico di 2° livello deve svolgere l'attività di tirocinio, trenta (30) ore, presso una Scuola di Ciclismo riconosciuta, o una Società ciclistica affiliata, affiancato da un Tecnico di 2° livello, o da un Tecnico di 3° livello, che svolge la funzione di Tutor nei confronti dell'aspirante.

Il Tutor deve essere già abilitato e tesserato con la FCI, nell'anno in corso.

Il Tutor è il diretto ed unico responsabile dell'attività tecnica e delle esercitazioni svolte dal gruppo o dalla squadra durante il tirocinio dell'aspirante Tecnico di 2° livello.

Il tirocinante non ha responsabilità dirette nella conduzione e nella preparazione del gruppo e/o della squadra.

E' cura del Tutor accompagnare e supportare il tirocinante al fine dello sviluppo di tutte quelle esperienze tecnico-pratiche necessarie alla conduzione di una squadra di esordienti e/o allievi.

In particolare, durante l'attività di tirocinio, l'aspirante deve acquisire esperienze riguardo:

- capacità tecnico-didattiche e comunicative;
- sviluppo multidisciplinare delle capacità tecniche per gli esercizi specifici e condizionali;
- capacità di gestione e di organizzazione dell'attività tecnico-formativa degli Esordienti e/o Allievi anche in chiave multidisciplinare;
- programmazione e gestione dell'attività invernale;
- programmazione ed effettuazione dell'attività agonistica in termini multidisciplinari;
- conoscenza di condotte e strategie di gara;
- ruolo e responsabilità del tecnico nella formazione degli Esordienti e Allievi, ivi comprese le necessarie nozioni sulla sicurezza in gara ed in allenamento;

- rapporto con le figure del mondo ciclistico (giudici, genitori...).

Durante il tirocinio, l'aspirante Tecnico di 2° livello deve compilare l'apposito registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") e inviarlo all'organizzatore del corso unitamente alla scheda di valutazione del tirocinio compilata dal Tutor (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download"), che descrive e valuta l'attività svolta dall'aspirante.

La mancanza della valutazione del Tutor, costituirà motivo per la non ammissione all'esame.

## **Ammissione alla valutazione finale**

Alle valutazioni finali sono ammessi soltanto coloro che:

- abbiano partecipato ad almeno 48 delle 60 ore di lezione previste. Per certificare le presenze fanno fede le firme che il corsista ha apposto sui fogli firma di entrata/uscita e la mancanza della firma conferma insindacabilmente l'assenza v. tabella 2;
- abbiano inviato alla Segreteria del corso, nei termini previsti dal comunicato ufficiale, la modulistica descritta nel paragrafo precedente (v. Tirocinio) ed una tesina elaborata individualmente.

Di seguito riportiamo le indicazioni per l'elaborazione della tesina:

- deve essere breve e sintetica, per un massimo di 2-3 cartelle escluse le foto;
- deve contenere i dati del candidato (nome cognome, corso frequentato ed esame a cui è iscritto, tutto con le relative date).

L'argomento della tesina deve riguardare uno dei seguenti aspetti a scelta del candidato:

- a) la progressione didattica di un esercizio di tecnica specifica;
- b) il programma di una esercitazione, descrivendone gli obiettivi, le fasce di età a cui è rivolta, le attività svolte e le eventuali modalità di soluzione delle problematiche tecnico-specifiche affrontate;
- c) un argomento tra quelli trattati durante le lezioni del corso;
- d) descrizione del tirocinio effettuato.

## **Esame**

L'esame di abilitazione prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati durante il modulo Base (20 minuti), che sarà somministrato al termine delle lezioni del corso;
- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati nel Modulo Tecnico-Pratico (20 minuti), che sarà somministrato al termine delle lezioni del corso;
- una prova scritta su un argomento a scelta fra 3 proposti, riguardante argomenti compresi nel programma del corso (tempo limite di un'ora);

- un colloquio finale che i corsisti affronteranno con la Commissione di Valutazione, che comprenderà gli argomenti sviluppati durante il corso, la discussione delle domande dei questionari e la discussione della tesina presentata.

Il punteggio è assegnato con i seguenti criteri: fino ad un massimo di 20 (10 e 10) punti per la valutazione dei questionari (mezzo punto per ogni risposta esatta);

- fino ad un massimo di 35 (minimo richiesto per la sufficienza =21)
- fino ad un massimo di 5 punti per la valutazione della tesina;
- fino a 10 punti per la valutazione del tirocinio effettuato;
- fino ad un massimo di 20 punti per la valutazione della prova scritta (minimo richiesto per la sufficienza =12);
- fino ad un massimo di 10 punti per la valutazione delle prove pratiche svolte durante il corso.

L'abilitazione a Tecnico di 2° livello è conseguita con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in centesimi (minimo richiesto 60/100, 21 e 12 dei quali devono essere conseguiti rispettivamente al colloquio orale e alla prova scritta pena lo sbarramento per la valutazione finale).

Coloro che risulteranno assenti o non idonei all'esame di abilitazione, potranno presentarsi, in accordo con l'organizzatore del corso, in una sessione di esame successiva, anche in un'altra Regione, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso.

La Commissione d'esame è formata da tre componenti individuati tra Docenti e Istruttori nominati in accordo tra il Comitato Regionale e il Settore Studi nazionale. Un rappresentante del Comitato Regionale, o un suo delegato, può assistere agli esami in qualità di supervisore per una verifica sull'andamento dei lavori nel rispetto della normativa vigente.

### **Tesseramento dei Tecnici di 2° livello (non ancora in attuazione)**

Superato l'esame, il conseguimento della qualifica di Tecnico di 2° livello, avverrà successivamente alla richiesta di tesseramento. Tale richiesta deve avvenire entro 90 giorni dalla data di esame, in mancanza della richiesta della tessera, la permanenza nell'elenco è subordinata al versamento di una quota annuale, stabilita dal Consiglio Federale, che per l'anno 2016 è pari ad €20. L'inserimento del nuovo Tecnico nel sistema informatico istituito dal Settore Studi nazionale avverrà successivamente al completo espletamento della richiesta di tesseramento di Tecnico di 2° livello.

## **Aggiornamenti**

I Tecnici di 2° livello abilitati devono frequentare, ogni biennio, un corso di aggiornamento di 8 ore, al fine di poter rinnovare il tesseramento. L'organizzazione di tali corsi è affidata ai Comitati Regionali che impiegheranno docenti e istruttori abilitati ed aggiornati dal Settore Studi nazionale. E' possibile frequentare le 8 ore di aggiornamento in qualsiasi Regione, o nelle sessioni di aggiornamento nazionali proposte dal Settore Studi nazionale.

Le date previste per i corsi di aggiornamento sono pubblicate sull'organo ufficiale della Federazione Ciclistica Italiana, nella sezione dedicata (<http://www.federciclismo.it/it/course/?year=2016>).

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).

Le modalità di pagamento saranno comunicate dal Comitato Regionale tramite comunicato ufficiale.

L'aggiornamento biennale non effettuato deve essere comunque recuperato all'interno di un corso di formazione di pari livello, sommando le ore perse (8 o più) a quelle della stagione corrente. La quota prevista aumenterà di conseguenza.

Coloro i quali abbiano conseguito qualifiche FCI (Tecnici, i Direttori di Corsa, i Giudici di Gara) dopo il 28/01/2010 e che non effettuano aggiornamenti da più di 10 anni mantengono la qualifica, ma perdono la possibilità di tesserarsi presso società sportive affiliate fino al totale recupero, in accordo con il Settore Studi nazionale, delle ore di aggiornamento mancanti.

L'iscrizione e la frequenza a un corso di formazione per Tecnici o master, con il conseguente superamento dell'esame finale, nel biennio di riferimento per l'aggiornamento dovuto, soddisfa le esigenze di aggiornamento biennale stabilite dalla presente normativa.

# **CORSO PER TECNICO ALLENATORE CATEGORIE INTERNAZIONALI - 3° LIVELLO (ex T3 e B3)**

## **Obiettivi del corso**

La nuova impostazione del programma del corso, partendo dall'analisi del modello di prestazione, oltre a trattare in maniera approfondita gli aspetti metabolici ed i principi fondamentali della metodologia dell'allenamento, dedica particolare attenzione agli aspetti meccanici-muscolari ed alle metodiche di allenamento e sviluppo della forza.

Sono inoltre trattati gli aspetti aerodinamici e biomeccanici relativi alla postura ed alla posizione in bicicletta. Entrano a far parte, con particolare incisività, dei programmi di formazione per tecnici, la tecnica della comunicazione, la capacità di motivazione ed il coaching.

Nella parte specifica vengono approfondite le nozioni tecniche riguardanti tutte le specialità del ciclismo (Strada, Pista, Fuoristrada) con le relative metodologie di allenamento.

Il Tecnico Allenatore di Categorie Internazionali - 3° livello deve essere in grado di programmare l'attività per tutte le specialità del ciclismo agonistico nelle categorie Juniores (maschile e femminile), Under 23, Elite e Donne Elite.

Inoltre il Tecnico di 3° livello in base alla propedeuticità dei corsi, dal 1° al 3°, deve conoscere i nuovi progetti di formazione sviluppati dalla FCI, quali ad esempio la multidisciplinarietà, le scuole di ciclismo, la sicurezza nelle gare, il progetto talento, il ciclismo paralimpico, la formazione nelle squadre nazionali, cenni di inglese/francese, ecc..

## **Requisiti per l'ammissione**

1. diploma di scuola media inferiore;
2. possesso della tessera da Tecnico di 2° livello in corso di validità (per la copertura assicurativa);
3. non avere a proprio carico squalifiche in corso;
4. versamento della relativa quota di iscrizione\*.

\* comprensiva del materiale didattico, annualmente aggiornato e prodotto dal Settore Studi nazionale in una copia (CD o DVD). Il supporto conterrà in formato digitale le lezioni per i Docenti e le relative dispense per i corsisti.

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).

Le modalità di pagamento sono comunicate dal Settore Studi nazionale tramite la pubblicazione dei relativi comunicati di indizione dei corsi sul sito web federale.

## **Struttura del corso**

Il corso è organizzato a livello nazionale dal Settore Studi nazionale.

Le lezioni sono tenute da docenti nominati dal Settore Studi nazionale. Il corso ha la durata di 64 ore complessive ed è formato da un Modulo Generale di 44 ore e da un Modulo Specifico di 20 ore.

	<b>Ore previste</b>	<b>Ore assenza consentite</b>	<b>Ore di presenza obbligatorie</b>
Modulo Generale	44	10	34
Modulo Tecnico-Pratico	20	4	16
Tirocinio	40	0	40
<b>TOTALE</b>	<b>104</b>	<b>14</b>	<b>90</b>

*(Tabella 3)*

Nel caso di assenze giustificate per validi motivi (salute – lavoro) e documentate è possibile, previa autorizzazione del Settore Studi nazionale, completare il monte ore previsto recuperando le stesse ore di lezione in un corso di formazione equivalente e successivamente sostenere la valutazione finale.

L'esame si terrà tra i 3 e i 6 mesi dopo la fine del corso.

## **Tirocinio**

Al termine del corso, l'aspirante Tecnico di 3° livello deve inviare al Settore Studi nazionale il registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") compilato in ogni sua parte. L'aspirante Tecnico di 3° livello deve svolgere l'attività di tirocinio, quaranta (40) ore, affiancato da un Tecnico di 3° livello, che svolge la funzione di Tutor nei confronti dell'aspirante. Il Tutor deve essere già abilitato e tesserato con la FCI, nell'anno in corso.

Il Tutor è il diretto ed unico responsabile dell'attività tecnica o agonistica e delle esercitazioni svolte dal gruppo o dalla squadra, durante il tirocinio dell'aspirante Tecnico.

Il tirocinante non ha responsabilità dirette nella conduzione e nella preparazione del gruppo e/o della squadra.



E' cura del Tutor accompagnare e supportare il tirocinante al fine dello sviluppo di tutte quelle esperienze tecniche necessarie alla conduzione di una squadra di Juniores (maschile e femminile), Under 23, Elite e Donne Elite.

In particolare, durante l'attività di tirocinio, l'aspirante deve acquisire esperienze riguardo:

- capacità di gestione e di organizzazione dell'attività tecnico-formativa degli Juniores (maschile e femminile), Under 23, Elite e Donne Elite;
- programmazione e gestione dell'attività invernale;
- programmazione ed effettuazione dell'attività agonistica su strada, pista e fuoristrada;
- rapporto e formazione degli atleti;
- conoscenza di condotte e strategie di gara;
- ruolo e responsabilità del tecnico nella formazione degli atleti, ivi comprese le necessarie nozioni sulla sicurezza in gara ed in allenamento;
- rapporto con le figure del mondo ciclistico (giudici, genitori, pubblico, stampa, ecc ....).

Durante il tirocinio, l'aspirante Tecnico di 3° livello deve compilare l'apposito registro di tirocinio (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download") e inviarlo al Settore Studi nazionale unitamente alla scheda di valutazione del tirocinio compilata dal Tutor (scaricabile dal sito federale alla voce "Formazione-Settore Studi-Area Download"), che descrive e valuta l'attività svolta dall'aspirante. La mancanza della valutazione del Tutor, costituirà motivo per la non ammissione all'esame.

### **Ammissione alla valutazione finale**

Alle valutazioni finali sono ammessi soltanto coloro che:

- abbiano partecipato ad almeno 50 delle 64 ore di lezione previste (fanno fede le firme che il corsista ha apposto sui fogli firma di entrata/uscita, la mancanza della firma conferma insindacabilmente l'assenza);
- abbiano inviato al Settore Studi nazionale, nei termini previsti dal comunicato ufficiale, la modulistica descritta nel paragrafo precedente (v. Tirocinio);
- abbiano inviato al Settore Studi nazionale una tesi (elaborata individualmente).

Di seguito riportiamo le indicazioni per la tesi da presentare:

**Prima pagina** Denominazione del Corso, Titolo dell'argomento, Data, Nominativo del candidato;

**Seconda pagina** Indice, Introduzione (poche righe per riassumere il contenuto della

tesina);

**Contenuto** Minimo 6 pagine (si scrive solo su una facciata) con circa 30 righe a pagina;

**Ultima pagina** Conclusione ed eventuale bibliografia;

Le pagine devono essere numerate.

I contenuti della tesi potranno riguardare le esperienze in ambito ciclistico maturate dal corsista durante il tirocinio.

Gli argomenti scelti dovranno essere inerenti al tirocinio svolto.

L'elaborato dovrà contenere una parte descrittiva/teorica e una parte dedicata a risultati/dati ottenuti attraverso esperienze sul campo (allenamenti ecc.).

## **Esame**

L'esame di abilitazione prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati durante il corso (30 minuti);
- una prova scritta su un argomento a scelta fra 3 proposti, riguardante i principi fondamentali e gli elementi più qualificanti sulla metodologia dell'allenamento (tempo limite di un'ora);
- un colloquio finale della durata di 15'/20', che comprenderà la discussione della tesi presentata.

Il punteggio sarà assegnato con i seguenti criteri:

- fino ad un massimo di 20 punti per la tesi sull'attività effettuata;
- fino ad un massimo di 20 punti per il questionario;
- fino ad un massimo di 20 punti per la prova scritta;
- fino ad un massimo di 40 punti per il colloquio orale.

L'abilitazione alla qualifica di Tecnico di 3° livello verrà conseguita con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in centesimi (minimo richiesto: 60/100).

Coloro che risulteranno assenti o non idonei all'esame di abilitazione, potranno presentarsi in una sessione di esame successiva, entro e non oltre 24 mesi dal termine del corso.

La Commissione d'esame è formata da tre componenti individuati tra Docenti e Istruttori nominati dal Settore Studi nazionale. Un rappresentante del Consiglio Federale, o un suo

delegato, può assistere agli esami in qualità di supervisore per una verifica sull'andamento dei lavori nel rispetto della normativa vigente.

La Commissione d'esame è formata da tre componenti individuati tra i Docenti nominati dal Settore Studi nazionale. Un rappresentante del Consiglio Federale, o un suo delegato può assistere agli esami in qualità di supervisore, ma senza competenze in merito alla valutazione dei candidati, ma solo sull'andamento dei lavori nel rispetto della normativa vigente.

### **Tesseramento dei Tecnici di 3° livello (non ancora in attuazione)**

Superato l'esame, il conseguimento della qualifica di Tecnico di 3° livello, avverrà successivamente alla richiesta di tesseramento. Tale richiesta deve avvenire entro 90 giorni dalla data di esame, in mancanza della richiesta della tessera, la permanenza nell'elenco è subordinata al versamento di una quota annuale, stabilita dal Consiglio Federale, che per l'anno 2016 è pari ad €20. L'inserimento del nuovo Tecnico abilitato nel sistema informatico istituito dal Settore Studi nazionale avverrà successivamente al completo espletamento della richiesta di tesseramento di Tecnico di 3° livello.

### **Aggiornamenti**

I Tecnici di 3° livello abilitati devono frequentare, ogni biennio, un corso di aggiornamento di 8 ore, al fine di poter rinnovare il tesseramento. L'organizzazione di tali corsi è affidata al Settore Studi nazionale che impiegherà docenti e istruttori abilitati ed aggiornati. E' possibile frequentare le 8 ore di aggiornamento in qualsiasi Regione, o nelle sessioni di aggiornamento nazionali proposte dal Settore Studi nazionale.

Le date previste per i corsi di aggiornamento sono pubblicate sull'organo ufficiale della Federazione Ciclistica Italiana, nella sezione dedicata (<http://www.federciclismo.it/it/course/?year=2016>).

La quota di iscrizione al corso è fissata annualmente dal Consiglio Federale (v. Allegato A).

Le modalità di pagamento saranno comunicate dal Settore Studi nazionale tramite comunicato ufficiale.

L'aggiornamento biennale non effettuato deve essere comunque recuperato all'interno di un corso di formazione di pari livello, sommando le ore perse (8 o più) a quelle della stagione corrente. La quota prevista aumenterà di conseguenza.

Coloro i quali abbiano conseguito qualifiche FCI (Tecnici, i Direttori di Corsa, i Giudici di Gara) dopo il 28/01/2010 e che non effettuano aggiornamenti da più di 10 anni mantengono la qualifica, ma perdono la possibilità di tesserarsi presso società sportive affiliate fino al totale recupero, in accordo con il Settore Studi nazionale, delle ore di aggiornamento mancanti.

L'iscrizione e la frequenza a un corso di formazione per Tecnici o master, con il conseguente superamento dell'esame finale, nel biennio di riferimento per l'aggiornamento dovuto, soddisfa le esigenze di aggiornamento biennale stabilite dalla presente normativa.