

CORSO DI FORMAZIONE TI2 - Maestro Istruttore Categorie Promozionali Giovanissimi - CR PUGLIA	
	SABATO 25 SETTEMBRE IN PRESENZA
9.00-13.00	Ritrovo e prova pratica di ammissione
	DOMENICA 26 SETTEMBRE ON-LINE
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.
15.30/18.30	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo:- Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo
	SABATO 9 OTTOBRE IN PRESENZA
9.00/11.00	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). <u>Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica</u>
11.00/13.00	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica
	DOMENICA 10 OTTOBRE ON-LINE
14.00/16.00	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta
16.00/18.00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo
	GIOVEDÌ 14 OTTOBRE ON-LINE
18.00/20.00	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo
	SABATO 16 OTTOBRE IN PRESENZA
9.00/13.00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C <u>Esercizi tecnici specifici MTB e BMX</u>
	DOMENICA 17 OTTOBRE ON-LINE
14.30/16.30	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada
16.30/18.30	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)
	GIOVEDÌ 23 OTTOBRE ON-LINE
14.00/16.00	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza

16.00/18.00	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento
18.00/20.00	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili
	SABATO 30 OTTOBRE IN PRESENZA
9.00/11.00	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi
11.00/13.00	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso asfaltato. Circuito tipo GIMCANA.
14.30/16.30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale Circuito tipo XC/CC.
	GIOVEDÌ 4 NOVEMBRE ON-LINE
16.00/20.00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino
	SABATO 6 NOVEMBRE IN PRESENZA
9.00/11.00	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
11.00/13.00	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
	SABATO 13 NOVEMBRE ON-LINE
14.00/15.00	L'approccio alla disabilità (prima parte)
15.00/16.00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi
16.00/17.00	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) Questionario di Gradimento
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	