Comunicato n° 10 2023 del 30 Gennaio 2023

Programma del Corso Formazione Maestro Istruttore Categorie Promozionali 2° Livello Giovanile (TI2) Miglianico (Ch)

GIORNO 1 11/02/2023	
8.30/12.30	Ritrovo e prova pratica di ammissione
14.00-14.15	Presentazione del corso - Benvenuto
14.15/15.15	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat.Giovanissimi. Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà.
15:15/17.15	FOCUS GRROUP
17.15/20.15	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo
GIORNO 2 12/02/2023	
8.30/10.30	**Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA** Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica
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
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 18/02/222	
8.30/10.30	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - **PRATICA.** Esercizi**,** Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
10.30/12.30	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – **PRATICA.** Esercizi**,** Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
14.30/16,30	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)
16,30/17,30	L'approccio alla disabilità (prima parte)
17,30/18.30	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi
GIORNO 4 19/02/2022	
8.30/12.30	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino
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
GIORNO 5 25/02/2022	
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
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
GIORNO 6 26/02/2022	
9.00/13.00	**Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA** Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX
14.00/16.00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada
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**

Via Botticelli 28 – 65123 Pescara
Tel: 085/4210458
Email: abruzzo@federciclismo.it
P. IVA 01377441009