

FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA - COMITATO REGIONALE MARCHE					
CORSO DI FORMAZIONE PER TECNICI T12 - 2° LIVELLO GIOVANILE					
POTENZA PICENA + ON LINE - date: 25-26-29 Novembre -1-2-5-6-11-12-14-15 Dicembre 2023 - 13-14 Gennaio 2024					
LEZIONI TEORICHE: ON LINE - LEZIONI PRATICHE: IN PRESENZA					
Giovedì 23 Novembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
21,15/22,15	Riunione on line per informazioni agli iscritti sulla prova pratica e svolgimento del corso.		Staff Docenti		ON LINE
Sabato 25 Novembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
10,00/14,00	Ritrovo e prova pratica di ammissione		Cantarini Cervellini	4	POTENZA PICENA
Domenica 26 Novembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
9,00/13,00	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). - Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica		Cantarini Cervellini	2	POTENZA PICENA
	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica			2	
14,00/17,00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C - Esercizi tecnici specifici MTB e BMX			3	
Mercoledì 29 Novembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/19,30	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat.Giovanissimi. Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà.		Valle	1	ON LINE
19,30/21,30	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo.			2	
Venerdì 1 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/20,30	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta.		Sciamanna	2	ON LINE
20,30/21,30	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento.			1	
Sabato 2 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
15,00/16,00	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo: Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo.		Valle	1	ON LINE
16,00/18,00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino.			2	
Martedì 5 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/19,30	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento		Sciamanna	1	ON LINE
19,30/21,30	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza			2	
Mercoledì 6 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
17,00/19,00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada		Maraschi	2	ON LINE
19,00/20,00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi			1	
Lunedì 11 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
17,00/19,00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino		Valle	2	ON LINE
19,00/20,00	L'approccio alla disabilità			1	
Martedì 12 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/20,30	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo		Sciamanna	2	ON LINE
20,30/21,30	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo			1	
Giovedì 14 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/19,30	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo		Sciamanna	1	ON LINE
19,30/21,30	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili			2	
Venerdì 15 Dicembre 2023			Docenti	N° ORE	LUOGO
18,30/20,30	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)		Sciamanna	2	ON LINE
Sabato 13 Gennaio 2024			Docenti	N° ORE	LUOGO
15,00/19,00	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi. PRATICA		Valle - Sciamanna	2	POTENZA PICENA
	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 - Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi. PRATICA			2	
Domenica 14 Gennaio 2024			Docenti	N° ORE	LUOGO
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		Cantarini Cervellini	1	POTENZA PICENA
	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi			2	
14,00/17,00	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	
	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	
	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale - Circuito tipo XC/CC. - Circuito tipo ability-gravity			2	
Con il colore Arancione la prova pratica di ammissione			4 ORE		44 ORE TOTALI DI LEZIONE
Con il colore Verde le lezioni pratiche in bicicletta			14 ORE		
Con il colore Giallo le lezioni pratiche in palestra			4 ORE		
Con il colore Bianco le lezioni teoriche			26 ORE		
L'ESAME DI ABILITAZIONE SARÀ COMPOSTO DA:					
1) ESAME SCRITTO (OBBLIGATORIO PER L'ABILITAZIONE): - Questionario modulo generale N° 20 DOMANDE (argomenti comuni di carattere generale) + Questionario modulo specifico N° 20 DOMANDE (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) - ON LINE (Valle - 1 ora)					
2) ESAME ORALE - ON LINE (Commissione d'esame: Valle - Sciamanna - Maraschi) - Si effettuerà in più serate con prenotazione su modulo on-line.					
3) ESAME PRATICO IN BICI - IN PRESENZA - (Commissione d'esame: Cantarini - Cervellini)					
Entro 3 mesi dalla fine del corso: (date e modalità saranno concordate durante il corso)					