

CORSO MAESTRO ISTRUTTORE DELLE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (TI2)
Programma con didattica in presenza SABBIO CHIESE BS

sabato 2 marzo				
8:30-12:30	4h	Ritrovo e prova pratica di ammissione	suggeriti 3 Istruttori	
13:30-14:30	0h15'	Presentazione del corso - Benvenuto	Comitato Regionale	
1	1h	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat.Giovanissimi. Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà.	Docente	
3	3h	Il Maestro-Istruttore di Ciclismo:- Il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo	Docente	
domenica 3 marzo				
4	8:30-12:30	4h	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino	psicologa
1	13:30-14:30	1h	L'approccio alla disabilità (prima parte)	Docente
2	14:30-16:30	2h	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	Docente
mercoledì 6 marzo 2024				
1	20:00-21:21	on line	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	Direttore corsa
sabato 9 marzo 2024				
2	9:00-11:00	2h	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada	Giudice di Gara
2	11:00-13:00	2h	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	Docente
2	14:00-16:00	2h	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	Docente
2	16:00-18:00	2h	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	Docente
domenica 10 marzo 2024				
2	8:30-10:30	2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica	suggeriti 3 Istruttori
2	10:30-12:30	2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica	suggeriti 3 Istruttori
2	13:30-15:30	4h	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX	suggeriti 3 Istruttori
2	15:30-17:30	2h	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	2 Docenti
2	17:30-19:30	2h	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	2 Docenti
sabato 23 marzo 2024				
2	8:30-10:30	2h	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA	suggeriti 3 Istruttori
2	10:30-12:30	2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi	suggeriti 3 Istruttori
2	13:30-15:30	2h	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.	suggeriti 3 Istruttori
2	15:30-17:30	2h	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale Circuito tipo XC/CC. Circuito tipo ability-gravity	suggeriti 3 Istruttori
domenica 24 marzo 2024				
2	8:30-10:30	2h	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	Docente
2	10:30-12:30	2h	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili	Docente
2	13:30-15:30	2h	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)	Docente
	15:30-16:30	1h	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) MAX 20 MINUTI Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) MAX 20	Docente
30	14	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				
LE PARTI NON COLORATE SONO LEZIONI DEL MODULO GENERALE				

Corso organizzato in collaborazione con la Scuola dello sport del CONI Lombardia

