

**CORSO DI FORMAZIONE DI 2° LIVELLO GIOVANILE T12
MAESTRO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI
La Cassa (TO)**

sabato 24 settembre 2022 (presenza - pratica)

8:30 - 12:30	Ritrovo e prova pratica di ammissione	Anastasi - Bisi
14:30 - 16:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione) Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica	Anastasi - Bisi
16:30 - 18:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica	Anastasi - Bisi

domenica 25 settembre 2022 (presenza - aula a.m. e pratica p.m.)

9:00 - 10:00	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat. Giovanissimi Interdisciplinarietà e multidisciplinarietà	Orlando
10:00 - 12:00	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	Orlando
14:00 - 16:00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA (1ª parte) Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX	Anastasi - Bisi

mercoledì 28 settembre 2022 (online)

18:00 - 21:00	Il Maestro - Istruttore di Ciclismo: il ruolo del Tecnico nella categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo	Capello
---------------	---	---------

venerdì 30 settembre 2022 (online)

18:00 - 20:00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria Giovanissimi: FUORISTRADA – STRADA - PISTA	Docente GdG
---------------	--	-------------

sabato 1 ottobre 2022 (presenza - aula)

8:30 - 10:30	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	Orlando
10:30 - 12:30	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	Orlando
14:00 - 16:00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	Piotti
16:00 - 18:00	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	Piotti

domenica 2 ottobre 2022 (presenza - pratica palestra)

8:30 - 10:30	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi	Orlando - Piotti
10:30 - 12:30	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – PRATICA . Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi	Orlando - Piotti

martedì 4 ottobre 2022 (online)

18:00 - 19:00	L'approccio alla disabilità (prima parte)	Orlando
19:00 - 20:00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	Docente D.C.

mercoledì 5 ottobre 2022 (online)

18:00 - 20:00	Psicopedagogia: la comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino (prima parte)	Capello
---------------	---	---------

venerdì 7 ottobre 2022 (online)

18:00 - 20:00	Psicopedagogia: la comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino (seconda parte)	Capello
---------------	---	---------

sabato 8 ottobre 2022 (presenza - pratica)

8:30 - 10:30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA (2ª parte) Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX	Michelis - Rolando
10:30 - 12:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi	Michelis - Rolando
14:00 - 16:00	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1ª parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso asfaltato. Circuito tipo GIMCANA. Circuito di esercizi individuali e in gruppo su percorso tipo strada.	Michelis - Rolando
16:00 - 18:00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2ª parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale. Circuito tipo XC/CC. Circuito tipo ability-gravity	Michelis - Rolando

domenica 9 ottobre 2022 (presenza - aula)

9:00 - 12:00	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada - Pista - Fuoristrada)	Piotti
14:00 - 15:00	I modelli di prestazione nelle diverse discipline ciclistiche giovanili	Orlando
15:00 - 16:00	Questionari: modulo di base + modulo specifico	Orlando

Con il colore VERDE sono evidenziate la PROVA DI AMMISSIONE e le lezioni del MODULO SPECIFICO (in presenza)

Con il colore GIALLO sono evidenziate le LEZIONI PRATICHE in PALESTRA (in presenza) del MODULO GENERALE

Con il colore ROSSO sono evidenziate le LEZIONI TEORICHE del MODULO GENERALE e la somministrazione dei questionari d'esame (in presenza)

Con il colore AZZURRO sono evidenziate le LEZIONI TEORICHE del MODULO GENERALE online (a distanza)