

BANDO CORSO ISTRUTTORI 2016

Il Comitato Regionale FIDAL Piemonte organizza il corso di ISTRUTTORE.

Il conseguimento del livello di Istruttore avviene tramite l'ottenimento di competenze acquisite dal candidato, attraverso i seguenti momenti di valutazione:

- abilità individuali;
- certificazione frequenza del Corso Aspirante Tecnico;
- certificazione da parte del FTR relativa al tirocinio effettuato (sulla base di parametri stabiliti dalla Federazione);
- certificazioni relative a ruoli rivestiti in ambito federale;
- conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici e generali dell'Atletica Leggera;
- frequenza Corso Istruttori;
- studio personale;
- valutazione tramite questionario scritto e colloquio integrativo, con giudizio almeno sufficiente (18/30mi).

In caso di mancato superamento delle prove finali il candidato, per poter acquisire il livello tecnico, dovrà sostenere nuovamente la valutazione finale, non prima di 6 mesi dalla precedente sessione.

Il **1° modulo** si svolgerà per tutti gli iscritti a **Cambiano (TO) il 22-23 Ottobre 2016** (con orario e argomenti dettagliati di seguito), mentre il resto del corso si svolgerà in tre sedi con il seguente calendario:

- **Sede Torino e provincia:** 12-13, 19-20, 26-27 Novembre;
- **Fossano (CN):** 29-30 Ottobre, 05-06, 19-20 Novembre;
- **Gaglianico (BI/VC):** 05-06, 12-13, 26-27 Novembre.

I partecipanti dovranno scegliere una sede, ma hanno la possibilità di recuperare eventuali assenze nelle altre sedi. Si prega di comunicare nel modulo di iscrizione le sedi nelle quali si desidera seguire il corso in ordine di priorità.

Comitato Regionale PIEMONTE

Per informazioni, contattare la Segreteria Fidal Piemonte - fidalpiemonte@fidalpiemonte.it

o il responsabile del corso Istruttori **Alfonso Violino** – cell. 340-3151412 o il Fiduciario Tecnico FIDAL Piemonte – **Celiuccia Zola** - cell. 335/490719.

- **Requisiti per l'ammissione al corso:**

Possono partecipare al corso Istruttori esclusivamente i candidati che abbiano frequentato il “Corso Aspirante Tecnico” nonché i candidati in possesso dei crediti relativi alle abilità individuali derivanti da ruoli rivestiti in ambito federale come da tabella presente nel Bando del corso Aspiranti Tecnici.

- **Modalità di iscrizione:**

I candidati dovranno inviare al Comitato Regionale la domanda di iscrizione, a mezzo mail (fidalpiemonte@fidalpiemonte.it), entro il **17 OTTOBRE 2016** con allegata la ricevuta di versamento della quota di partecipazione di **€ 150,00** (comprensiva dei costi di assicurazione).

Il versamento dovrà essere effettuato a mezzo bonifico bancario intestato a:

FIDAL Comitato Regionale Piemonte

Via Legnano, 16 - 10128 Torino

IT 04 F 06906 01000 000000006835

UBI - Banca Regionale Europea Filiale di Torino – C.so Einaudi

Causale: Nome – Cognome - iscrizione Corso Istruttore 2016 (o cumulativi con tutti i nomi degli iscritti)

Al corso sono ammessi i candidati provenienti dal precedente Corso Aspirante Istruttore ed eventuali candidati in possesso dei 3 crediti previsti per le abilità personali.

- **LOGISTICA del 1° modulo - Cambiano 22/23 Ottobre 2016**

Sede di svolgimento

Hotel Panorama – Via volta, 2 – 10020 Cambiano (TO).



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

Come raggiungere la sede del corso

Dalle autostrade: Dalla **A6** e dalla **A55** uscita **Vadò** (l'Hotel dista c.a 4 km), dalla **A21** e dalla **A55** uscita **Santena** (l'Hotel dista c.a 2 km).

Ospitalità

Presso la struttura Hotel Panorama – Via Volta, 2 – 10020 Cambiano (To) Tel. 011.9440396 - Fax 011.9442310

info@hotelpanorama.org

Condizioni hotel:

Pernottamenti: comprendente colazione e servizio wi fi – Camera singola € 45/notte – Camera doppia € 58/notte – Camera tripla € 68/notte

Pasti: € 15 a persona

Pranzo Sabato 22/10

Giropizza, dolce, bibita piccola , caffè

Cena Sabato 22/10

Strozzapreti al ragù di Fassone, Grigliata di capocollo, salsiccia e spiedini con contorno di patate al forno, acqua, vino e caffè

Pranzo Domenica 23/10

Orecchiette cacio e pepe, Rustichella di galletto nostrano con contorno di insalata e patate, acqua, vino e caffè

Eventuali PRANZO/CENA singoli a € 15,00 da prenotare entro il giorno 19 Ottobre

Richieste di informazioni e prenotazioni vanno inviate direttamente a info@hotelpanorama.org, indicando la tipologia di camera e il trattamento desiderato (meglio una comunicazione collettiva se avete già idea oppure fate sapere se siete disponibili a farvi inserire dal gestore in doppia/tripla/quadrupla).

Informazioni Tel. 011.9440396 - Fax 011.9442310

Le spese di viaggio ed eventuale soggiorno nella sede del corso sono a carico dei partecipanti.



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

- **PROGRAMMA del 1° modulo - Cambiano 22/23 Ottobre 2016:**

Sabato 22/10:

Ore 8,45 Ritrovo e registrazione dei partecipanti

Ore 9,15-13,15

1° modulo: introduzione del corso (2 U.D.)

- L'organizzazione sportiva atletica
- Organizzazione delle gare

o Regolamenti e giurie per le categorie giovanili (a cura GGG)

- Rapporti tecnico-giudice e salvaguardia dell'atleta
- Ruoli in campo
- Indicazioni, reclami, primati
- Cenni sulle regole tecniche

Ore 13,15-14,15 Pranzo

Ore 14,30-18,45

2° modulo: aspetti teorici dell'allenamento giovanile (3 U.D.)

➤ Caratteristiche generali della crescita fisica

- I fattori che influenzano e regolano la crescita
- Periodi e standard della crescita: misure antropometriche

o Le basi anatomiche e fisiologiche

- Il funzionamento dei grandi apparati
- La contrazione muscolare
- Il metabolismo energetico

Ore 19-20 Cena

Ore 20,15-22,15

➤ Caratteristiche psicologiche nei giovani

- Motivazione e personalità
- Il ruolo del gioco
- Abbandono precoce
- Relazione istruttore-allievo

Domenica 23/10:

Ore 8,45-13,00

3° modulo: *gli insegnamenti di base in atletica* (4 U.D.)

➤ Teoria del movimento (1 U.D.)

I presupposti della prestazione motoria

- Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare
- L'apprendimento motorio in atletica leggera
- La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica (condizionali e coordinative)

o Metodologia dell'insegnamento (1 U.D.)

- Metodi e stili di insegnamento
- L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica
- L'organizzazione di una seduta di allenamento

Ore 13,15-14,15 Pranzo

Ore 14,30-18,30

➤ Orientamenti metodologici per i giovani (1 U.D.)

- Principi generali dell'allenamento giovanile
- La prestazione in atletica leggera: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive
- L'approccio all'atletica attraverso le prove multiple
- Metodi, organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile (*cenni*)

➤ La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori e loro utilizzo (1 U.D. pratica)

Programma dei restanti moduli:

4° modulo: *preparazione motoria di base* (3 U.D.)

- Esercitazioni per la formazione delle abilità in atletica
- Esercitazioni per lo sviluppo dell'efficienza muscolare

5° modulo: *tecnica e didattica delle specialità – La corsa e la marcia* (7 U.D.)

- Esercitazioni tecniche di base per la corsa
- Tecnica e didattica:



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

- La corsa veloce
- Le staffette
- La corsa ad ostacoli
- La corsa di resistenza
- La marcia
- Cenni sulle esercitazioni di potenziamento
- Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento

6° modulo: *tecnica e didattica delle specialità – I salti* (5 U.D.)

- Fattori generali comuni nei 4 salti
- Aspetti tecnici e didattici dei salti in estensione
- Aspetti tecnici e didattici dei salti in elevazione
- Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i salti
- Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento

7° modulo: *tecnica e didattica delle specialità – I lanci* (5 U.D.)

- Fattori generali comuni nei 4 lanci
- Aspetti tecnici e didattici dei 4 lanci
- Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i lanci
- Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento

Il Fiduciario Tecnico Regionale

Celiuccia ZOLA