



Corso di formazione per
ISTRUTTORI 2° LIVELLO

Roma, 23-24 ottobre/20-21 novembre 2010

Informazioni : Federazione Italiana Triathlon
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA
Curva Sud – Stadio Olimpico 00194 Roma
Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744
Sito: www.fitri.it - E-mail: settoreistruzioneetecnica@fitri.it

Il Settore Istruzione Tecnica della Federazione Italiana Triathlon in collaborazione con il Comitato del Lazio organizza un corso di formazione per Istruttori – Fitri.

Roma, 23-24 ottobre/20-21 novembre 2010

Obiettivi:

L'obiettivo del Corso è quello di fornire le indicazioni necessarie alla formazione della figura dell'Istruttore il quale si rivolge ai giovanissimi che si affacciano per la prima volta nel nostro sport. Oltre a tali informazioni l'istruttore deve dimostrare di conoscere il "Progetto giovani", il Regolamento Tecnico F.I.Tri ed i relativi mezzi e metodi di sviluppo più indicati per le fasce di età prese in esame, al fine di migliorarne le capacità psicomotorie. Per questo motivo le informazioni e la cultura di carattere generale riguardo ai principi biologici, fisiologici, psicologici e pedagogici dello sviluppo umano e dell'allenamento sono di fondamentale importanza nella formazione degli istruttori, i quali dovranno comprendere l'importanza e la propedeuticità del loro lavoro con i giovanissimi in funzione di una programmazione a lungo termine caratteristica dell'avviamento allo sport.

Requisiti necessari per il corso:

Aver compiuto 18 anni (alla data di svolgimento del corso).
Essere in possesso del titolo di studio minimo di licenza media inferiore.
Aver conseguito la qualifica di Allievo Istruttore FITri.
Aver pagato la tassa d'iscrizione 200€.

Quota di partecipazione:

La tassa d'iscrizione al corso di formazione è di 200.00euro da effettuarsi mediante bonifico bancario intestato a : Federazione Italiana Triathlon c/c 000000010131 Banca Nazionale del Lavoro agenzia CONI 6309 ABI 01005 CAB 03309 BIC BNLITRR codice IBAN IT60Z0100503309000000010131.

Le spese di viaggio, vitto ed eventuale alloggio sono a carico dei partecipanti.

Materiale didattico:

La quota di partecipazione è comprensiva del materiale didattico che verrà consegnato ad inizio lavori. Al termine dei lavori è prevista una sessione d'esame e con il superamento della prova d'esame verrà conseguito il titolo di **ISTRUTTORE**.

Modalità di iscrizione:

L'iscrizione dovrà pervenire via e-mail al settoreistruzionetecnica@fitri.it o via fax al n.06/36856744, insieme alla scheda di partecipazione, entro e non oltre il 1° ottobre 2010.

Informativa per il trattamento dei dati personali Legge 196/2003 Art.13:

si informa che i dati forniti all'atto del Tesseramento sono stati raccolti all'interno della mailing list della scrivente struttura. Tali dati verranno trattati esclusivamente per lo svolgimento delle attività istituzionali. Qualora non desideriate ricevere in futuro comunicazioni dalla scrivente potete inviare e-mail al settoreistruzionetecnica@fitri.it con oggetto cancellazione dalla mailing list.

Luogo di svolgimento del corso:

Il corso di formazione si svolgerà in due weekend:
Roma il 23-24 ottobre/20-21 novembre 2010 presso la Scuola dello Sport – CONI centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti", largo Giulio Onesti n.1;



L'esame finale si terrà a Roma il giorno **09 gennaio 2011** dalle ore **11.00** alle ore **12.00** presso CONI centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti", largo Giulio Onesti n.1.

Alberghi:

Roma

- Hotel dello Sport

Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" Acqua Acetosa di Roma, Largo G. Onesti 1,
tel. 06 36859137

- Camping Flaminio Village

Via Flaminia Nuova, 821 - 00189 ROMA - ITALY

Tel. (0039)063332604 - (0039)063331429 (0039)0633220505 Fax (0039)063330653

www.villageflaminio.com

Referenti:

Sede di Roma:

Settore Istruzione Tecnica FITri

Tel: 06.36856734

e-mail: settoreistruzioneetecnica@fitri.it

Informazioni : Federazione Italiana Triathlon
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA
Curva Sud – Stadio Olimpico 00194 Roma
Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744
Sito: www.fitri.it - E-mail: settoreistruzioneetecnica@fitri.it

CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI

Roma, 23-24 ottobre /20-21 novembre 2010

PROGRAMMA				
Roma - Sabato 23 ottobre				
9.00-9.15	Registrazione dei corsisti			
9.15-9.30	Apertura Corso	15'	Saluto Autorità Presentazione Corso	<i>Marco Comotto</i> Presidente del Comitato Regionale Lazio - FITri
9.30-11.30	Psicologia	2h	Lo sviluppo psicologico nell'infanzia e nell'adolescenza: caratteristiche generali, lo sviluppo della personalità, la formazione dell'autostima, l'apprendimento Le motivazioni al movimento e allo sport: caratteristiche generali Il ruolo del gioco Abbandono precoce Relazione istruttore-allievo	<u>Docente CONI</u>
11.30-13.30	Medicina dello Sport	2h	Traumatologia dell'apparato locomotore (lesioni acute e da sovraccarico funzionale) Gli incidenti da calore Le ipotermie Nozioni di pronto soccorso	<u>Docente CONI</u>
14.30-18.30	Principi di metodologia dell'allenamento	4h	Unità basiche del movimento: {schemi motori di base e schemi posturali Il sistema delle Capacità Motorie: {capacità coordinative (generali e speciali), capacità condizionali, mobilità articolare, rapporti tra le capacità motorie Formazione delle Abilità Motorie Principi del carico fisico La Supercompensazione La Multilateralità e la Polivalenza	<u>Docente CONI</u>
Roma - Domenica 24 ottobre				
9.00-13.00	Fisiologia dell'età evolutiva	4h	Apparato Locomotore: sistema scheletrico, apparato muscolare, la contrazione muscolare I meccanismi di produzione d'energia Apparato cardio-circolatorio Apparato respiratorio Sistema nervoso Apparato endocrino (cenni) Sviluppo organico in età evolutiva	<u>Docente CONI</u>
14.00-16.00	Metodologia dell'insegnamento	2h	L'apprendimento: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive Metodi e stili di insegnamento La tecnica: feed-back e correzione degli errori L'organizzazione di una seduta di allenamento	<u>Docente CONI</u>
16.00-	Tecnica e didattica	4h	I mezzi allenanti: classificazione - aspetti generali	<i>Alessandro</i>

Informazioni : Federazione Italiana Triathlon
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA
 Curva Sud – Stadio Olimpico 00194 Roma
 Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744
 Sito: www.fitri.it - E-mail: settores istruzionetecnica@fitri.it

20.00	della corsa		Le esercitazioni tecniche: classificazione, corretta progressione didattica, obiettivi in relazione all'età, finalità Cenni di principi di biomeccanica Corsa nel triathlon giovanile - obiettivi, didattica, mezzi, metodologia Cenni sull'organizzazione dell'allenamento Caratteristiche della frazione di corsa nel triathlon - distanze di gara, peculiarità regolamentari (es. modalità di start), cenni sugli aspetti tecnico - tattici	<i>Bottoni</i>
Roma - Sabato 20 novembre				
9.00-13.00	Tecnica e didattica del nuoto	4h	I mezzi allenanti: classificazione - aspetti generali Aspetti didattici relativi all'analisi degli stili di nuoto (particolare riferimento al crawl) Le esercitazioni tecniche: classificazione, corretta progressione didattica, obiettivi in relazione all'età, finalità Cenni di principi di biomeccanica Nuoto nel triathlon giovanile - obiettivi, didattica, mezzi, metodologia Cenni sull'organizzazione dell'allenamento Codici di comunicazione (Fin) Caratteristiche della frazione di nuoto nel triathlon - distanze di gara, peculiarità regolamentari (es. modalità di start), cenni sugli aspetti tecnico - tattici.	<i>Serena Chiavaroli</i>
14.00-17.00	Organizzazione dell'allenamento giovanile	3h	Obiettivi dell'allenamento nel triathlon giovanile Pianificazione dell'allenamento giovanile Organizzazione di micro cicli d'allenamento	<i>Alessandro Bottoni</i>
Roma - Domenica 21 novembre				
9.00-13.00	Tecnica e didattica del ciclismo	4h	Classificazione dei mezzi allenanti - aspetti generali Ciclismo nel triathlon giovanile - obiettivi, didattica, mezzi, metodologia Cenni sull'organizzazione dell'allenamento Caratteristiche della frazione di ciclismo nel triathlon - distanze di gara, peculiarità regolamentari (es. modalità di start), cenni sugli aspetti tecnico - tattici	<i>Giacomo Vinci</i>
14.00-18.00	Tecnica e didattica delle transizioni	4h	Caratteristiche generali e regolamentari Aspetti tecnici di base della T1 e della T2 Aspetti didattici Proposte in ambito giovanile	<i>Giacomo Vinci</i>
18.00-18.30	Project work		Descrizione della prova d'esame	<u>SIT</u>
Roma-Domenica 9 gennaio 2011				
09gen 11.00-12.00	Esame Finale			<u>Commissione Fitri</u>

CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI

Roma, 23-24 ottobre /20-21 novembre 2010

SCHEDA DI PARTECIPAZIONE

Cognome _____ Nome _____
Indirizzo completo (via città) _____
Indirizzo e-mail _____
Recapiti telefonici _____
Qualifica _____

La presente scheda dovrà essere inviata all'indirizzo settoreistruzioneecnica@fitri.it o al fax:
06/36856744 entro e **non oltre il 1° ottobre 2010.**

Data _____

Firma del Partecipante

Legge sulla privacy:

Ricevuta l'informativa sull'utilizzazione dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del decreto legislativo numero 196 del 30 giugno 2003, recante il nuovo "Codice in materia di protezione dei dati personali", consento al loro trattamento nella misura necessaria per il perseguimento degli scopi istituzionali. Ai sensi dell'art. 13 del decreto legislativo n. 196/2003, recante disposizioni sul nuovo "Codice in materia di protezione dei dati personali" si informa che i dati da Lei forniti formeranno oggetto di trattamento nel rispetto della normativa sopra richiamata e degli obblighi di riservatezza. Tali dati verranno trattati per finalità istituzionali e amministrative, quindi strettamente connesse e strumentali all'attività statutaria. Il trattamento dei dati avverrà mediante utilizzo di supporto telematico o cartaceo idonei a garantire la sicurezza e la riservatezza. In relazione ai predetti trattamenti Lei potrà esercitare i diritti di cui all'art. 7 del D.lgs. n. 196/2003 (cancellazione, modifica, opposizione al trattamento).

Informazioni : Federazione Italiana Triathlon

SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

Curva Sud – Stadio Olimpico 00194 Roma

Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744

Sito: www.fitri.it - E-mail: settoreistruzioneecnica@fitri.it

COME RAGGIUNGERCI :



Aeroporti:

ROMA- Centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti"

Dall'aeroporto "Leonardo da Vinci" - Fiumicino treno diretto fino alla stazione ferroviaria di Roma Termini.



Dalla stazione ferroviaria

ROMA- Centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti"

Dalla stazione ferroviaria di Roma Termini - Metro A (direzione Battistini), scendere alla fermata "Flaminio (4 fermate) e prendere il treno della ferrovia Roma Nord (direzione Prima Porta), scendere alla terza fermata "Campi Sportivi" (vedi cartina). Attenzione la fermata è a richiesta pertanto ricordatevi di prenotare la "fermata".



In automobile

ROMA- Centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti"

Dal G.R.A., prendere l'uscita Salaria- Roma Centro; percorrere via Salaria per circa 6 km; svoltare a destra allo svincolo Via del Foro Italico; percorrere via del Foro Italico per circa 1 km; infine svoltare a destra in via dei Campi Sportivi. L'ingresso è situato lungo la Via dei Campi Sportivi, in Largo Giulio Onesti, 1 (vedi cartina)



In autobus

ROMA- Centro di preparazione olimpica "Giulio Onesti"

Linea 69 o 233, fermata "Campi Sportivi"

Informazioni : Federazione Italiana Triathlon

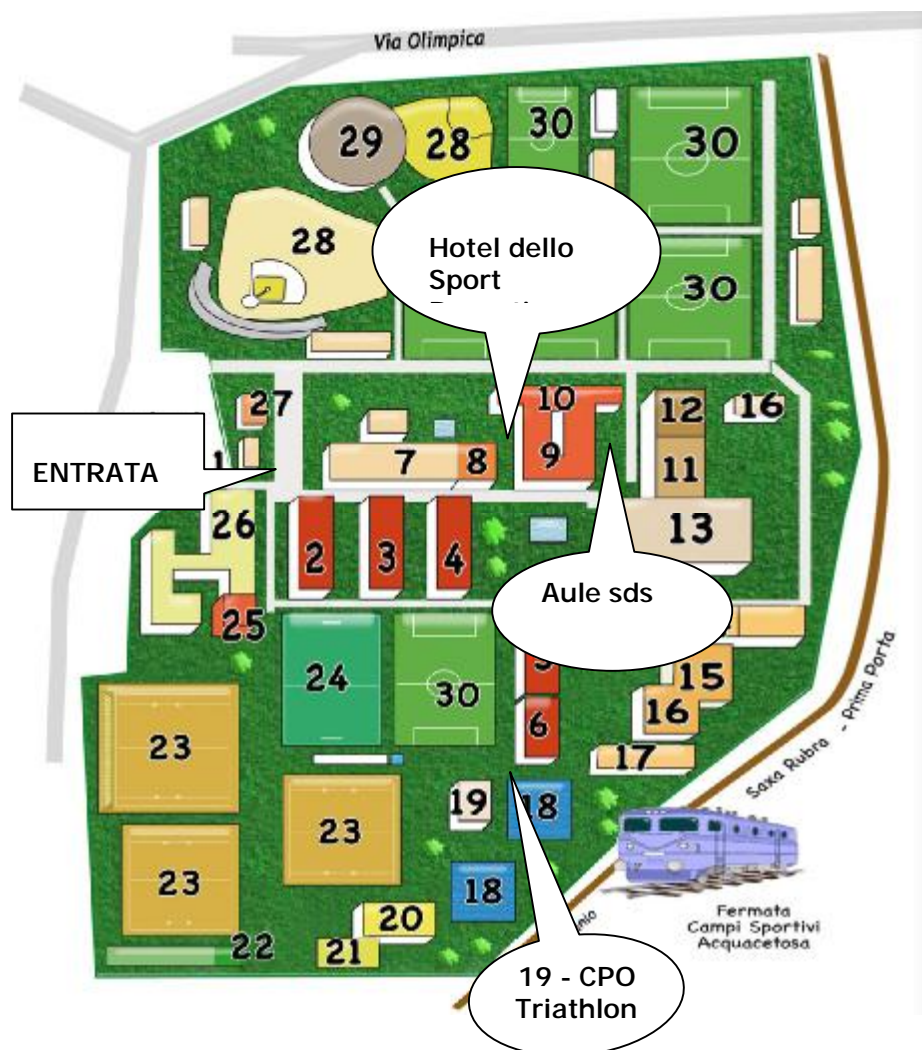
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

Curva Sud - Stadio Olimpico 00194 Roma

Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744

Sito: www.fitri.it - E-mail: settoreistruzioneetecnica@fitri.it

Centro di Preparazione Olimpica, Acquacetosa "G.Onesti"



Informazioni : Federazione Italiana Triathlon
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

Curva Sud - Stadio Olimpico 00194 Roma

Tel : 06/36856734 Fax : 06/ 36856744

Sito: www.fitri.it - E-mail: settoreistruzioneetecnica@fitri.it