



# Settore Istruzione Tecnica

Corso di Specializzazione Tecnico giovanile di primo  
livello ONLINE

LINEE GUIDA

**FITRI**

**2023**

## CORSO DI SPECIALIZZAZIONE DI PRIMO LIVELLO IN TECNICO GIOVANILE

### INFORMAZIONI

**MODALITA' DI SVOLGIMENTO:** modalità Online (piattaforma Zoom)

**REFERENTE ORGANIZZATIVO:** Settore Istruzione Tecnica FITRI  
[settoreistruzioneetecnica@fitri.it](mailto:settoreistruzioneetecnica@fitri.it)

**SUPPORTO TECNICO/PIATTAFORMA:** [help@formazionefitri.it](mailto:help@formazionefitri.it)

Per tutte le informazioni e le procedure di svolgimento online consultare il MANUALE <http://www.formazionefitri.it/manuali.html>

#### 1. ASPETTI ORGANIZZATIVI:

---

Il corso di specializzazione per tecnico specializzato in attività giovanile di primo livello si svolge in modalità on-line. Il corso si svolge secondo i piani di studio e le modalità previsti dal S.I.T. Le lezioni sono condotte da Docenti Federali (Nazionali o Regionali) o da docenti della Scuola Centrale dello Sport di Sport e Salute. Il corso è attivato al raggiungimento minimo di 15 candidati (Istruttori FITRI, Allenatori primo livello FITRI, Allenatori secondo livello FITRI e IV livello Europeo)

Il giorno prima dell'inizio della prima giornata del corso, viene inviata ai partecipanti un'e-mail contenente il link per accedere al corso (piattaforma Zoom) che deve essere preventivamente scaricata dal partecipante. Per qualsiasi dubbio e/o necessità di assistenza è possibile scrivere al supporto tecnico: [help@formazionefitri.it](mailto:help@formazionefitri.it)

#### 2. REQUISITI PER L'AMMISSIONE:

---

1. Possono accedere tutte le qualifiche tecniche, ad eccezione dell'Allievo Istruttore FITRI, in regola con l'acquisizione dei crediti formativi annuali;

2. Versare la quota di euro **180,00**;

**Ricordiamo che si potrà accedere alla piattaforma [www.formazionefitri.it](http://www.formazionefitri.it) per l'iscrizione al corso ONLINE solo se il candidato è regolarmente tesserato come tecnico 2023**

#### 3. MODALITÀ E QUOTA D'ISCRIZIONE:

---

L'iscrizione dovrà essere effettuata esclusivamente Online sulla piattaforma <http://www.formazionefitri.it/>

La quota d'iscrizione al corso di specializzazione è di euro **180,00**;

Il pagamento potrà essere effettuato in modalità telematica con carta di credito. Con questa tipologia semplificata di pagamento i tecnici verranno automaticamente registrati all'evento formativo, oppure, mediante bonifico bancario da intestare a:

Federazione Italiana Triathlon  
Banca 05034 - BANCO BPM S.P.A.  
**IBAN IT17M0503403240000000001549**

Specificare la causale: nome e cognome, iscrizione corso di specializzazione attività giovanile FITRI 2023

#### 4. ATTESTATO DI SPECIALIZZAZIONE:

---

Ai corsisti che superano l'esame finale, è rilasciato dal sistema l'attestato di qualifica di specializzazione direttamente dalla piattaforma.

L'esame si svolge in modalità on-line e consiste in una prova scritta predisposta dal SIT composta da cinquanta (30) domande a risposta multipla da completare in un'ora di tempo.

La qualifica di Istruttore federale è rilasciata a coloro che rispondono correttamente ad almeno l'80% delle domande (24 risposte esatte).

E' cura del tecnico partecipante conservare tale documentazione essendo l'unica comprovante la partecipazione e il superamento dell'esame di specializzazione Fitri.

#### 5. MODALITA' DI FREQUENZA E MONTE ORE:

---

Il corso on-line ha una durata di 30 ore. Le lezioni del corso saranno registrate e visualizzabili, insieme al materiale presentato alle lezioni, per un anno dal termine del corso. **Le registrazioni possono essere utilizzate anche per certificare la presenza nel caso, per validi e giustificati motivi, non si sia potuto partecipare ad una o più lezioni. Deve essere comunque garantita la presenza alla diretta per il 70% delle ore (21 ore) per avere diritto a sostenere l'esame finale**

#### 6. IL CORSO SI STRUTTURA IN 8 MODULI di 4 ore ciascuno con il seguente orario:

---

Il corso è strutturato in due parti: attività pre-agonistica (mini cuccioli e cuccioli) e attività agonistica (esordienti – junior).

Giorno	Orario	Ore
Lunedì 13/03/2023	18:00-20:00	2
Lunedì 13/03/2023	20:00-22:00	2
Mercoledì 15/03/2023	18:00-20:00	2
Mercoledì 15/03/2023	20:00-22:00	2
Venerdì 17/03/2023	18:00-20:00	2
Venerdì 17/03/2023	20:00-22:00	2
Lunedì 20/03/2023	18:00-20:00	2
Lunedì 20/03/2023	20:00-22:00	2
Mercoledì 22/03/2023	18:00-20:00	2
Mercoledì 22/03/2023	20:00-22:00	2
Venerdì 24/03/2023	18:00-20:00	2
Venerdì 24/03/2023	20:00-22:00	2
lunedì 27/03/2023	18:00-20:00	2
lunedì 27/03/2023	20:00-22:00	2
Mercoledì 29/03/2023	18:00-20:00	2
Mercoledì 12/04/2023	20:00-21:00	Esame finale

**Si precisa che il corso potrebbe subire variazioni di date e/o di orari a seguito del verificarsi di eventi non prevedibili.**

## **7.OBIETTIVO DEL CORSO:**

---

Il Corso di formazione per Tecnici Giovanili di primo livello ha l'obiettivo di fornire ai tecnici che hanno già conseguito almeno la qualifica di Istruttore FITRI le conoscenze e le competenze necessarie per lavorare in modo qualificato con i giovani. Il Tecnico Giovanile ha un ruolo di grande responsabilità sociale e sportiva. È interesse della Federazione conferire a questa figura tecnica molta rilevanza ed incentiva la partecipazione al corso a tutti i tecnici, prevedendo forme di agevolazione economica per le società che dispongono di un tecnico specializzato nell'attività giovanile.

## **8.ESAME FINALE:**

---

L'esame è previsto alla conclusione del corso di specializzazione e sostenuto dai candidati idonei per numero di presenze il giorno dopo la conclusione del corso.

L'**esame finale** è previsto in modalità ONLINE

## **9.ATTIVAZIONE E SCADENZA ISCRIZIONI:**

---

E' possibile iscriversi al corso sulla piattaforma online <http://www.formazionefitri.it/> a partire da **lunedì 13 febbraio 2023 alle ore 09:00**

**Termine iscrizioni lunedì 6 marzo 2023 alle ore 15.00 e/o al raggiungimento del numero massimo di 100 iscritti.**

il corso verrà attivato al raggiungimento minimo di 15 candidati.

Qualora non venga raggiunto il quorum necessario la quota versata verrà rimborsata.

**Per le info di supporto tecnico è attiva l'E-mail: [help@formazionefitri.it](mailto:help@formazionefitri.it)**

## **10.PRESENZE:**

---

L'accesso all'esame finale è consentito a tutti i partecipanti che abbiano partecipato ad almeno il **70% delle ore (21 ore) di lezione in diretta.**

## **11.CREDITI FORMATIVI:**

---

La partecipazione al Corso di specializzazione in tecnico giovanile permette di acquisire **6 crediti formativi** utili ai fini dell'aggiornamento annuale.

## **12.PROGRAMMA:**

---

- 1. Il ruolo educativo del tecnico giovanile (Competenze pedagogiche e didattiche 4h)**
  - Il tecnico giovanile come educatore
  - Definizione degli obiettivi didattici e costruzione dell'allenamento
  - Valutazione dei risultati
  - Il modello comunicativo nell'interazione con i giovani
  
- 2. Il modello LTAD (Long-Term-Athlete Development 6h)**
  - La filosofia del modello LTAD
  - L'allenamento a lungo termine dell'atleta
  - Il concetto di "trainability"
  - I 9 stadi del modello LTAD
  
- 3. Metodologia (sviluppo dall'infanzia all'adolescenza 4h)**
  - Sviluppo fisico e fasi auxologiche
  - Sviluppo cognitivo e psicologico
  - Sviluppo motorio e capacità motorie
  - Schemi motori di base, abilità motorie, tecnica sportiva
  - Sviluppo capacità condizionali
  
- 4. Metodologia (Controllo e apprendimento motorio 4h)**
  - Principi generali dell'apprendimento motorio
  - Multilateralità, capacità coordinative e tecnica sportiva
  - Il gioco come mezzo educativo e didattico
  - Costruzione dell'unità di allenamento
  - Proposte operative per lo sviluppo delle capacità coordinative e della tecnica sportiva
  
- 5. Tecnica, didattica e allenamento del triathlon - Nuoto (4h)**
  - Caratteristiche della frazione di nuoto nel triathlon
  - Stili natatori con particolare riferimento al crawl
  - Insegnamento della tecnica di nuoto
  - Classificazione delle andature nell'allenamento di nuoto FIN
  - Allenamento del nuoto nel triathlon
  
- 6. Tecnica, didattica e allenamento del triathlon - Ciclismo (4h)**
  - Educazione stradale
  - Caratteristiche della frazione ciclistica nel triathlon
  - Abilità coordinative e tecniche nel ciclismo
  - Classificazione delle andature nell'allenamento del ciclismo
  - Allenamento del ciclismo nel triathlon
  
- 7. Tecnica, didattica e allenamento nel triathlon - Corsa (4h)**
  - Caratteristiche della frazione di corsa nel triathlon
  - Tecnica di corsa
  - Insegnamento della tecnica di corsa
  - Classificazione delle andature nell'allenamento della corsa
  - Allenamento della corsa nel triathlon

## Corso di Specializzazione di primo livello in tecnico giovanile FITRI 2023

### Modalità On-line Piattaforma ZOOM FITRI

### PROGRAMMA

<b>Giorno</b>	<b>Orario</b>	<b>Ore</b>	<b>Argomento</b>	<b>Docente</b>
Lunedì 13/03/2023	18:00-20:00	2	Metodologia (Controllo e apprendimento motorio)	<i>Dott. Cristiano Alessandro Caporali</i>
Lunedì 13/03/2023	20:00-22:00	2	Metodologia (Controllo e apprendimento motorio)	<i>Dott. Cristiano Alessandro Caporali</i>
Mercoledì 15/03/2023	18:00-20:00	2	Il ruolo educativo del tecnico giovanile	<i>Dott. Mattia Toffolutti</i>
Mercoledì 15/03/2023	20:00-22:00	2	Il ruolo educativo del tecnico giovanile	<i>Dott. Mattia Toffolutti</i>
Venerdì 17/03/2023	18:00-20:00	2	Metodologia (sviluppo dall'infanzia all'adolescenza)	<i>Dott. Luca Bianchini</i>
Venerdì 17/03/2023	20:00-22:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon – Nuoto – parte 1	<i>Riccardo Bedei</i>
Lunedì 20/03/2023	18:00-20:00	2	Il modello LTAD (Long-Term-Athlete Development) – parte 2	<i>Prof. Maria Francesca Piacentini</i>
Lunedì 20/03/2023	20:00-22:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon - Corsa	<i>Dott. Tattia Toffolutti</i>
Mercoledì 22/03/2023	18:00-20:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon – Nuoto – parte 2	<i>Dott. Alessandro Resh</i>
Mercoledì 22/03/2023	20:00-22:00	2	Preparazione Atletica	<i>Dott. Luca Bianchini</i>
Venerdì 24/03/2023	18:00-20:00	2	Il modello LTAD (Long-Term-Athlete Development) – parte 1	<i>Prof. Maria Francesca Piacentini</i>
Venerdì 24/03/2023	20:00-22:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon – Ciclismo – competenze tecniche	<i>Dott. Luca Festa</i>
Lunedì 27/03/2023	18:00-20:00	2	Metodologia (sviluppo dall'infanzia all'adolescenza)	<i>Dott. Luca Bianchini</i>
Lunedì 27/03/2023	20:00-22:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon - Corsa	<i>Dott. Mattia Toffolutti</i>
Mercoledì 29/03/2023	18:00-20:00	2	Tecnica, didattica e allenamento del triathlon – Ciclismo – allenamento	<i>Dott. Luca Festa</i>
Mercoledì 12/04/2023	20:00-21:00		<b>ESAME FINALE</b>	<b>ONLINE</b>