



Corso di formazione di 1° livello Istruttori

**MILANO, 13-14 ottobre 2007
TORINO, 10-11 novembre 2007**

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 i Comitati Regionali della Lombardia e del Piemonte organizza un corso di formazione di 1° livello per Istruttori – Fitri.

Milano, 13 – 14 ottobre 2007
Torino, 10-11 novembre 2007

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 pagato la tassa d'iscrizione 110€.

Quota di partecipazione:

La tassa d'iscrizione al corso di formazione è di euro 110.00 da effettuarsi mediante bonifico bancario intestato a : Federazione Italiana Triathlon c/c 00000010131 Banca Nazionale del Lavoro agenzia CONI 6309 codice CAB 03309 codice ABI 01005. 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 di 1° livello**.

Modalità di iscrizione:

L'iscrizione dovrà pervenire via e-mail al settoreistruzioneecnica@fitri.it o via fax al n.06/36856744, insieme alla scheda di partecipazione, **entro e non oltre il 10 ottobre 2007**.

Modalità di tesseramento – Diploma di Istruttore:

Si ricorda che dopo l'esito dell'esame finale i signori corsisti dovranno regolarizzare entro 15 giorni la loro posizione mediante il tesseramento che dovrà pervenire via e-mail a settoreistruzioneecnica@fitri.it poiché il conseguimento del titolo non rende automatico l'inserimento nel tesseramento federale. La segreteria SIT provvederà quindi all'invio del Diploma di Istruttore.

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 settoreistruzioneetecnica@fitri.it con oggetto cancellazione dalla mailing list.

Luogo di svolgimento del corso:

Il corso di formazione si svolgerà in due weekend:

- **Milano il 13-14 ottobre 2007** presso la sala del Coni Provinciale via Piranesi n.44/b – 20137 (Luigi Pericoli cell.339.6139231).

- **Torino il 10-11 novembre 2007** presso la sala del Coni Regionale via Luigi Leonardo Colli n.5 – 10128 tel 011/530627

L'esame finale si terrà a Torino il giorno **16 dicembre dalle ore 9.30 alle ore 10.30** presso la sala del Coni Regionale via Luigi Leonardo Colli n.5 -10128



CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI DI 1° LIVELLO

Milano, 13- 14 ottobre 2007
Torino, 10-11 novembre 2007.

PROGRAMMA

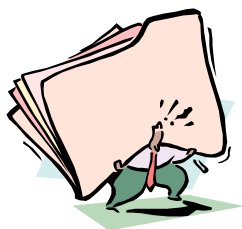
13 ott 9.00- 9.15	Registrazione dei corsisti			
13 ott 9.15- 9.30	Apertura Corso	Saluto Autorità Presentazione Corso	30'	<i>Luigi Pericoli</i> Presidente del Comitato Regionale Lombardia - FITri
13 ott 9.30- 11.00	Regolamento Tecnico		1h30'	<i>Giuseppina Filippini</i> Responsabile Giudici Lombardia
13 ott 11.00- 12.30	Progetto Giovani e attività scolastica		1h30	<i>Ezio Rossero</i> Allenatore fitri
13 ott 14.00- 16.00	Cenni di fisiologia dell'età evolutiva	Apparato Locomotore: sistema scheletrico, apparato muscolare, la contrazione muscolare, le fonti di energia muscolare; Apparato cardio-circolatorio; Apparato respiratorio; Sistema nervoso; Apparato endocrino; Sviluppo organico in età evolutiva	2h	<u>Docente CONI</u>
13 ott 16.00- 18.00	Principi di metodologia dell'allenamento	Educazione motoria; Unità basiche del movimento: schemi motori di base e schemi posturali, capacità motorie: capacità senso-percettive, capacità coordinative (generali e speciali), capacità condizionali, mobilità articolare, rapporti tra le capacità motorie; Formazione delle abilità motorie; Carico motorio e carico fisico; Principi del carico fisico	2h	<u>Docente CONI</u>
14 ott 9.00- 13.00	Tecnica e didattica del nuoto	La frazione di nuoto nel triathlon, Il nuoto nel triathlon giovanile, L'allenamento giovanile, Obiettivi, Mezzi, Metodologia, Valutazione e controllo dell'allenamento	4h	<i>Leonardo Beggio</i> Docente FITri
14 ott 14.00- 16.00	Psicologia	Lo sviluppo psicologico nell'infanzia e nell'adolescenza: caratteristiche generali, lo sviluppo della personalità, la formazione dell'autostima, la maturazione e l'apprendimento; Le motivazioni al movimento e allo sport: caratteristiche generali, le motivazioni alle competenze motorie	2h	<u>Docente CONI</u>
14 ott 16.00- 18.00	Medicina dello Sport	Cenni di alimentazione e igiene personale Cenni di traumatologia e primo intervento	2h	<u>Docente CONI</u>
10nov 9.00- 13.00	Tecnica e didattica del ciclismo	La frazione di ciclismo nel triathlon, Il ciclismo nel triathlon giovanile, La bicicletta, L'allenamento giovanile, Obiettivi, Mezzi: mezzi per l'acquisizione della tecnica: mezzi per l'acquisizione delle abilità tecniche primarie, mezzi per l'acquisizione delle abilità tecniche secondarie, mezzi per l'acquisizione delle abilità	4h	<i>Gabba Andrea</i> Responsabile Squadra Femminile P.O.

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

		tecniche di gruppo; mezzi per lo sviluppo della resistenza; mezzi per lo sviluppo della rapidità e della forza veloce; Metodologia; Valutazione e controllo dell'allenamento		
10nov 14.00- 18.00	Tecnica e didattica delle transizioni	Le caratteristiche tecniche e metaboliche delle transizioni; Le transizioni nel triathlon giovanile; L'allenamento giovanile delle transizioni; Obiettivi; Mezzi; Metodologia; Valutazione e controllo dell'allenamento	4h	<i>Bertuelli Costantino</i> Responsabile Centro Studi e Ricerche SIT – FITri
11nov 9.00- 13.00	Tecnica e didattica della corsa	La frazione di corsa nel triathlon; La corsa nel triathlon giovanile; L'allenamento giovanile; Obiettivi; Mezzi; Metodologia; Valutazione e controllo dell'allenamento	4h	<i>Alessandro Bottoni</i> Responsabile Centro Studi SAS – FITri
11nov 14.00- 17.00	Programmazione dell'allenamento	Obiettivi dell'allenamento triathlon giovanile Pianificazione e periodizzazione dell'allenamento giovanile Organizzazione dei microcicli d'allenamento	3h	<i>Mario Miglio</i> Responsabile Didattico SIT-FITri
16 dic 9.30- 10.30	Esame Finale		1h	<u>Commissione Fitri</u>

CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI DI 1° LIVELLO

Milano, 13-14 ottobre 2007
Torino, 10-11 novembre 2007.



SCHEDA DI PARTECIPAZIONE

Cognome..... Nome.....

C.F.....

Indirizzo completo

Indirizzo e-mail.....

Recapiti telefonici.....

Qualifica e attività svolta.....

La presente scheda dovrà essere inviata all'indirizzo settoreistruzioneecnica@fitri.it o al fax: 06/36856744.

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:

MILANO - CONI Regionale VIA PIRANESI, 44b

Aeroporto - Linate: prendete l'autobus 73 e scendete in viale Corsica.

Aeroporto - Malpensa: prendete il MALPENSA EXPRESS, scendete alla stazione di MILANO BOVISA e prendete il passante ferroviario per Milano PORTA VITTORIA.

TORINO – CONI Regionale VIA LUIGI LEONARDO COLLI, 5

Aeroporto internazionale Sandro Pertini di Torino Caselle è situato a nord di Torino, servito da un raccordo autostradale che si dirama dalla tangenziale e dalla linea ferroviaria Torino-Ceres, è collegato con l'aeroporto internazionale di Milano Malpensa.



Dalla stazione ferroviaria

MILANO - CONI Milano VIA PIRANESI, 44b

Stazione di PORTA VITTORIA, linee S1 - S2 e S10 dalla Stazione di Milano Bovina

TORINO – CONI Regionale VIA LUIGI LEONARDO COLLI, 5

Le stazioni principali sono Porta Nuova e porta Susa



In automobile

MILANO - CONI Milano VIA PIRANESI, 44b

Autostrada: prendete la tangenziale EST e uscite a LINATE-FORLANINI. Seguite le indicazioni verso il centro e percorrete, senza mai voltare, Viale Enrico Forlanini, Viale Corsica e da qui a sinistra in via Piranesi.

TORINO – CONI Regionale VIA LUIGI LEONARDO COLLI, 5

Milano-Venezia autostrada A4

Bologna-Roma/Napoli autostrada A1, A21

Francia(Nizza)-Ventimiglia autostrada A10, A6



In autobus

MILANO - CONI Milano VIA PIRANESI, 44b

Autobus: 73 - 45 - 66 Tram: 27

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