


FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Milano

Bando per l'ammissione al CORSO ISTRUTTORI di ATLETICA LEGGERA anno 2010

Il Comitato Provinciale F.I.D.A.L. MILANO, con il Settore Tecnico del Comitato Regionale Lombardia, con l'assistenza dell'Area Scientifico Didattica ed il Centro Studi della F.I.D.A.L. organizza un corso per il conseguimento della qualifica di Tecnico inquadrato nel livello **ISTRUTTORE** di Atletica Leggera, valido per la conduzione di attività di allenamento e di insegnamento delle basi del gesto atletico nelle fasi di avviamento alla pratica dell'Atletica Leggera, con particolare riferimento ai giovani principianti e all'insegnamento sportivo nell'ambito promozionale e scolastico.

Al corso sono ammessi:

- cittadini italiani e degli Stati membri dell'U.E, maggiorenni alla data di emissione del presente bando ed in possesso del titolo di studio della scuola dell'obbligo;
- non essere stati radiati da una Federazione Sportiva Nazionale o da un Ente di Promozione Sportiva o da una Disciplina Sportiva Associata o Associazione Benemerita, né soggetti a provvedimento disciplinare in atto da parte di organismi riconosciuti dal CONI;
- non aver riportato, nell'ultimo decennio, salvo riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive, complessivamente superiori ad un anno da parte delle Federazioni sportive nazionali, del CONI, delle Discipline Associate e degli Enti di Promozione Sportiva, Associazioni Benemerite o di Organismi sportivi internazionali riconosciuti;
- non aver subito sanzioni di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o di metodi che alterano le naturali prestazioni fisiche nell'attività sportiva;

Il corso si articola in 24 unità didattiche, esami finali esclusi, per circa 60 ore di attività.

In ogni incontro vengono sviluppate unità di lezioni separate da un opportuno intervallo per esigenze didattiche. I partecipanti sono tenuti a svolgere le attività pratiche previste dal programma muniti di proprio abbigliamento sportivo.

La frequenza al corso è obbligatoria ed è ammessa l'assenza per un massimo del 20% delle lezioni, limite oltre il quale si perde il diritto di effettuare l'esame per il conseguimento della qualifica.

L'esame finale per il conseguimento della qualifica consiste in:

- a) un tirocinio da svolgere dopo l'ultima lezione del corso, che preveda la partecipazione attiva del candidato ad almeno 5 iniziative svolte dal Settore Tecnico (manifestazioni promozionali, gare federali, raduni tecnici).
- b) un questionario scritto con colloquio integrativo

Il conseguimento della qualifica di Istruttore avviene tramite il superamento dell'esame con giudizio sufficiente (18/30mi) in ognuna delle prove (questionario e colloquio) ed a seguito della produzione della certificazione relativa al tirocinio svolto. In caso di mancato superamento delle prove finali il candidato, per poter acquisire il livello tecnico, dovrà ripetere il corso.

La domanda di iscrizione dovrà essere inviata al Fiduciario Tecnico Provinciale (Piero Peregò fax 0234535111 o coachpieroperego@tiscali.it) unitamente alla scheda ed alla quota di € 200,00.

Il Fiduciario Tecnico provvederà a comunicare l'accettazione della domanda, il programma ed il calendario delle lezioni restituendo, ai non ammessi, le domande con le relative quote d'iscrizione. I testi di riferimento, forniti dal Centro Studi, sono il "Manuale dell'Istruttore di Atletica Leggera" e "Atletica per i ragazzi"

Il Fiduciario Tecnico Provinciale
Piero Peregò
coachpieroperego@tiscali.it - cell 3392006085


FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Milano

Viale Repubblica Cisalpina, 1 – 20154 MILANO – Tel. 02/33605803 Fax 02/34535111 - www.fidalmilano.it

SCHEDA DI ISCRIZIONE AL CORSO ISTRUTTORE DI 1° LIVELLO 2010

COGNOME E NOME.....

NATA/O IL.....A.....PROV.....

TEL. AB.CELL.....

FAX.....E-MAIL.....

RESIDENTE A.....VIA.....CAP.....

SPORT PRATICATI E SPECIALITA'.....

TITOLO DI STUDIO.....PROFESSIONE.....

SOCIETA' DI ATL. LEGGERA E/O SCUOLA IN CUI OPERA.....

ESPERIENZE SPORTIVE (SCUOLA/EXTRA SCUOLA).....

QUALIFICHE ED ATTIVITA' IN ALTRE DISCIPLINE SPORTIVE.....

EVENTUALI PUBBLICAZIONI.....

luogo e data.....

FIRMA

Ai sensi dell'art.10 della Legge 31/12/96 n. 675, recante disposizioni sulla "Tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali" si informa che i dati da Lei forniti formeranno oggetto al trattamento nel rispetto della normativa sopra richiamata e degli obblighi della riservatezza. Tali dati verranno trattati per finalità istituzionali, quindi strettamente connesse e strumentali all'attività della Federazione Italiana di Atletica Leggera, in relazione ai predetti trattamenti. Lei potrà esercitare i diritti di cui all'art. 13 della Legge 675/96 (cancellazione, modifica, opposizione al trattamento).

AUTORIZZO

NON AUTORIZZO

Luogo e data.....Firma.....


FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Milano

C A L E N D A R I O

CORSO ISTRUTTORE SETTORE GIOVANILE ANNO 2010

Lunedì 01/02 - ore 20.45 – <u>ACCREDITO PARTECIPANTI</u> c/o ARENA CIVICA <u>INTRODUZIONE AL CORSO</u> VANNI GRAZIA - L'organizzazione sportiva di Atletica Leggera - Le attività didattiche per la promozione dell'Atletica Leggera
Giovedì 04/02 - ore 20.45 – <u>CARATTERISTICHE GENERALI DELLA CRESCITA FISICA</u> MARCO FERRARIO - I fattori che influenzano e regolano la crescita - Il funzionamento dei grandi apparati - Il metabolismo energetico c/o ARENA CIVICA - La contrazione muscolare
Lunedì 8/02 - ore 20.45 – <u>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE NEI GIOVANI</u> ANDREA COLOMBO - Motivazione e personalità - Il ruolo del gioco - Abbandono precoce c/o ARENA CIVICA - Relazione istruttore allievo
Giovedì 11/02 - ore 20.45 – <u>TEORIA DEL MOVIMENTO</u> c/o ARENA CIVICA - I presupposti della prestazione motoria - Il consolidamento degli schemi motori di base GPIERO ALBERTI - La formazione delle capacità motorie in atletica - Lo sviluppo delle capacità condizionali: forza, resistenza, velocità c/o ARENA CIVICA - Le capacità coordinative: caratteristiche e sviluppo
Lunedì 15/02 - ore 20.45 – <u>LA CORSA VELOCE E LE STAFFETTE</u> LUCIANO BAGOLI - Elementi della tecnica di base della corsa veloce - Tecnica e didattica c/o ARENA CIVICA - Cenni sull'organizzazione della preparazione
Martedì 16/02 - ore 20.30 - LA CORSA VELOCE E LE STAFFETTE – LEZIONE PRATICA c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 22/02 - ore 20.45 – <u>LA CORSA AD OSTACOLI</u> c/o ARENA CIVICA ALDO MAGGI - Elementi della tecnica di base della corsa ad ostacoli - Tecnica e didattica - Cenni sull'organizzazione della preparazione
Giovedì 25/02 - ore 20.30 – LA CORSA AD OSTACOLI – LEZIONE PRATICA c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 01/03 - ore 20.45 – <u>I SALTI IN ESTENSIONE</u> c/o ARENA CIVICA CLAUDIO BOTTON - Elementi della tecnica di base dei salti - Tecnica e didattica - Cenni sull'organizzazione della preparazione

Martedì 02/03 - ore 20.30 – LEZIONE PRATICA – I SALTI IN ESTENSIONE c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 08/03 - ore 20.45 - <u>I SALTI IN ELEVAZIONE</u> c/o ARENA CIVICA CLAUDIO BOTTON -Elementi della tecnica di base dei salti -Tecnica e didattica -Cenni sull'organizzazione della preparazione
Giovedì 11/03 - ore 20.30 – LEZIONE PRATICA – I SALTI IN ELEVAZIONE c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 15/03 - ore 20.45 - <u>I LANCI</u> c/o ARENA CIVICA SERGIO PREVITALI -Elementi della tecnica di base dei lanci -Tecnica e didattica -Cenni sull'organizzazione della preparazione
Martedì 16/03 – ore 20.30 LEZIONE PRATICA – I LANCI c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 22/03 - ore 20.45 – <u>LA CORSA DI RESISTENZA E LA MARCIA</u> PIERO PEREGO c/o ARENA CIVICA -Elementi della tecnica di base -Cenni sull'organizzazione della preparazione
Giovedì 25/03 - ore 20.30 – LEZIONE PRATICA – I LANCI c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Lunedì 29/03 – ore 20.45 – <u>LE PROVE MULTIPLE</u> c/o ARENA CIVICA GRAZIANO CAMELLINI -Elementi della tecnica di base delle prove multiple -Tecnica e didattica -Cenni sull'organizzazione della preparazione
Martedì 30/03 – ore 20.30 – LEZIONE PRATICA - LE PROVE MULTIPLE c/o STRUTTURA POLIVALENTE - CAMPO SPORTIVO SAN DONATO MILANESE
Giovedì 08/04 - ore 16.00/18.00 – <u>LEZIONE PRATICA DI "ATTIVITA' DIDATTICHE"</u> c/o ARENA CIVICA - Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica
Lunedì 12/04 - ore 16.00/1800 – <u>LEZIONE PRATICA DI "ATTIVITA' DIDATTICHE"</u> c/o ARENA CIVICA - Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica
Giovedì 15/04 - ore 16.00/18.00 – <u>LEZIONE PRATICA DI "ATTIVITA' DIDATTICHE"</u> c/o ARENA CIVICA - Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica
da sabato 17/04 a domenica 30/05 – Partecipazione <u>OBBLIGATORIA</u> a tre gare del calendario estivo FIDALMILANO con affiancamento al GGG (Gruppo Giudici Gare).

Info : Piero Perego - cell. 3392006085 - coachpieroperego@tiscali.it