



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Brescia

Brescia, 23 settembre 2009

Prot.: 018-07

A tutte le Società FIDAL Brescia
A tutti gli interessati
Loro sedi

BANDO per l'ammissione al CORSO REGIONALE ISTRUTTORI anno 2009

Il Settore Tecnico del Comitato Regionale Lombardo in collaborazione con l'Area Scientifico-Didattica ed il Centro Studi della FIDAL, organizza un corso per il conseguimento della qualifica di ISTRUTTORE di Atletica Leggera, valido per la conduzione tecnica degli atleti delle categorie giovanili ed altre categorie nella fase di avviamento alla pratica dell'Atletica Leggera.

Al corso vengono ammessi:

- a) cittadini italiani degli stati membri della UE;
- b) maggiorenni alla data di emissione del presente bando;
- c) in possesso del titolo di studio della scuola dell'obbligo;
- d) non radiati da una Federazione Sportiva Nazionale e non soggetti a provvedimento disciplinare in atto;
- e) non soggetti a condanna penale passata in giudicato.

Il corso si articola in **21 incontri**, esami finali esclusi, per circa 60 ore di attività. In ogni incontro vengono sviluppate unità d'istruzione separate da un opportuno intervallo per esigenze didattiche, le quali prevedono anche un numero medio di 25 partecipanti per ogni corso. I partecipanti sono tenuti a svolgere le attività pratiche previste del programma muniti di proprio abbigliamento sportivo. La frequenza del corso è obbligatoria ed è ammessa l'assenza, per qualsiasi motivo, ad un massimo del 20% delle lezioni, limite oltre il quale si perde il diritto di effettuare la prova finale per il conseguimento della qualifica.

L'esame finale per il conseguimento della qualifica consiste nella valutazione di:

- a) un questionario sulle varie materie trattate;
- b) una prova pratica per valutare le capacità didattiche dei fondamentali del gesto atletico;
- c) un colloquio per accertare le conoscenze del candidato sugli elementi di preparazione.

Il conseguimento della qualifica di Istruttore avviene tramite il superamento dell'esame con giudizio sufficiente (18/30mi) in ognuna delle prove. Il mancato superamento di una prova d'esame esclude dalla preparazione alle prove successive. In caso di mancato superamento delle prove finali il candidato, per poter acquisire la qualifica, dovrà ripetere il corso.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Brescia

La domanda d'iscrizione deve essere consegnata presso la Segreteria del Comitato Provinciale di Brescia negli orari di apertura, inviata tramite e.mail all'indirizzo segreteria@fidalbrescia.it o fax al numero 0305109982.

La scheda d'iscrizione, allegata alla presente può essere scaricata dal sito www.fidalbrescia.it

Il periodo di svolgimento del Corso è previsto **dal 13 ottobre 2009 al 23 gennaio 2010** come da programma allegato. Eventuali cambiamenti di orario e giorno di lezione verranno comunicati alla prima giornata del Corso.

Il corso si svolgerà per le lezioni teoriche presso la Sala CONI al terzo piano del Centro Sportivo San Filippo in Via Bazoli a Brescia e per quelle pratiche al Campo Sportivo A. Calvesi di Via Morosini a Brescia.

La quota di partecipazione al corso (da versare alla prima lezione o anche prima) sarà di **€ 200,00 (duecentoeuro)**.

Il testo di riferimento, fornito dal Centro Studi, è il Manuale dell'Istruttore di Atletica Leggera.

Le spese di viaggio dalla propria sede a quella del corso sono a carico dei partecipanti.

Il Fiduciario Tecnico Provinciale
Daniele Bianchi

Il Presidente del Comitato Provinciale
Portone Giuseppe



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Brescia

FIDAL – Settore Tecnico Regionale

**Scheda di ISCRIZIONE al Corso Regionale
ISTRUTTORI anno 2009**

Cognome e Nome: _____

Luogo e data di nascita: _____

Indirizzo: _____ Cap: _____ Città: _____ Prov.: _____

Tel.: _____ - _____ Fax: _____ e.mail: _____

Titolo di studio: _____ Professione: _____

Codice Fiscale: _____

.....
Sport praticato/i: _____

Specialità atletica praticata/e: _____

Risultati conseguiti da atleta praticante: _____

.....
Società di atletica leggera e/o istituto scolastico presso cui opera: _____

dall'anno: _____ con funzioni di: _____

Esperienze sportive: _____

.....
Qualifiche ed attività in altre discipline sportive: _____

Pubblicazioni: _____

Collaborazioni con organi d'informazione: _____

.....
Luogo e data: _____ Firma: _____

Visto del Fiduciario Tecnico Provinciale: _____



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Brescia

CORSO ISTRUTTORI di 1° LIVELLO 2009 – PROGRAMMA

Lezione 1	martedì 13.10.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>ACCREDITO PARTECIPANTI e INTRODUZIONE AL CORSO</u> L'organizzazione sportiva di Atletica Leggera Le attività didattiche per la promozione dell' Atletica Leggera <u>Vanni Grazia</u>
Lezione 2	venerdì 16.10.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>CARATTERISTICHE GENERALI DELLA CRESCITA FISICA</u> I fattori che influenzano e regolano la crescita Il funzionamento dei grandi apparati Il metabolismo energetico La contrazione muscolare <u>Casarso Maurizio</u>
Lezione 3	martedì 20.10.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>CARATERISTICHE PSICOLOGICHE NEI GIOVANI</u> Motivazione e personalità Il ruolo del gioco Abbandono precoce Relazione istruttore allievo <u>Colombo Andrea</u>
Lezione 4	giovedì 22.10.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>TEORIA DEL MOVIMENTO</u> I presupposti della prestazione motoria Il consolidamento degli schemi motori di base La formazione delle capacità motorie in atletica Lo sviluppo delle capacità condizionali: forza, resistenza, velocità Le capacità coordinative: caratteristiche e sviluppo <u>Alberti G. Piero</u>
Lezione 5	lunedì 26.10.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LA CORSA VELOCE E LE STAFFETTE</u> Elementi della tecnica di base della corsa veloce Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Bagoli Luciano</u>
Lezione 6	sabato 31.10.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>LA CORSA VELOCE E LE STAFFETTE</u> LEZIONE PRATICA <u>Bagoli Luciano</u>
Lezione 7	martedì 03.11.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LA CORSA AD OSTACOLI</u> Elementi della tecnica di base della corsa ad ostacoli Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Pinzin Bruno</u>
Lezione 8	sabato 07.11.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>LA CORSA AD OSTACOLI</u> LEZIONE PRATICA <u>Pinzin Bruno</u>
Lezione 9	martedì 10.11.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>I SALTI IN ESTENSIONE</u> Elementi della tecnica di base dei salti Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Botton Claudio</u>
Lezione 10	sabato 14.11.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>I SALTI IN ESTENSIONE</u> LEZIONE PRATICA <u>Botton Claudio</u>



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Provinciale di Brescia

Lezione 11	martedì 17.11.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>I SALTI IN ELEVAZIONE</u> Elementi della tecnica di base dei salti Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Botton Claudio</u>
Lezione 12	sabato 21.11.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>I SALTI IN ELEVAZIONE</u> LEZIONE PRATICA <u>Botton Claudio</u>
Lezione 13	martedì 24.11.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>I LANCI</u> Elementi della tecnica di base dei lanci Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Previtali Sergio</u>
Lezione 14	sabato 28.11.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>I LANCI</u> LEZIONE PRATICA <u>Previtali Sergio</u>
Lezione 15	martedì 01.12.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LA CORSA DI RESISTENZA</u> Elementi della tecnica di base Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Naso Saro</u>
Lezione 16	sabato 05.12.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>LA CORSA DI RESISTENZA</u> LEZIONE PRATICA <u>Naso Saro</u>
Lezione 17	giovedì 10.12.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LE PROVE MULTIPLE</u> Elementi della tecnica di base delle prove multiple Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Camellini Graziano</u>
Lezione 18	martedì 15.12.2009 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LA MARCIA</u> Elementi della tecnica di base Tecnica e didattica Cenni sull'organizzazione della preparazione <u>Pastorini Pietro</u>
Lezione 19	sabato 19.12.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>LA MARCIA</u> LEZIONE PRATICA <u>Pastorini Pietro</u>
Lezione 20	martedì 19.01.2010 Brescia sala CONI ore 20.00	<u>LEZIONE TEORICA DI "ATTIVITA' DIDATTICHE GIOVANILI"</u> Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica <u>Ripamonti Giorgio</u>
Lezione 21	sabato 23.01.2009 Brescia Campo "Calvesi" ore 15.30	<u>LEZIONE PRATICA DI "ATTIVITA' DIDATTICHE GIOVANILI"</u> Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica <u>Ripamonti Giorgio</u>
Esami	Data da definire	<u>ESAME SCRITTO E ORALE</u>

All'interno del Corso ci sarà un corso di aggiornamento per tecnici riguardante la marcia nelle lezioni n°18 e19