

Modul.
Gen.

Modul.
Tec-Pr.

CORSO TECNICO ISTRUTTORE DELLE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (T12) didattica in presenza ONLINE+PRESENZA SCUOLA DI CICLISMO F. BALLERINI BARI - VIA VINCENZO RICCHIONI, 1 - BARI		Programma con
21 MARZO 2026 ORE 9,00		
2h	Ritrovo e prova pratica di ammissione - IN PRESENZA	ISTRUTTORI FCI
	27 MARZO 2026 (17,00-21,00) ON-LINE	
0h15'	Presentazione del corso - Benvenuto	Comitato Regionale
1h	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat.Giovanissimi.Dall' Interdisciplinarietà alla multidisciplinarietà.	Docente FCI
3h	Il Tecnico Istruttore di Ciclismo: il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo la multidisciplinarietà	Docente FCI
	11 APRILE 2026 (16,00-20,00) - ON-LINE	
4h	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino	Specialista (psicologo)
	17 APRILE 2026 (17.00-21.00) - ON-LINE	
2h	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	Docente FCI
2h	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada	Giudice di Gara
	18 APRILE 2026 (16,00-20,00) - ON-LINE	
2h	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	Docente FCI
2h	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	Docente FCI
	08 MAGGIO 2026 (17,00-21,00)	
2h	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	Docente FCI
2h	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	Docente FCI
	16 MAGGIO 2026 (16,00-20,00) - ON-LINE	
2h	L'attività sportiva nel contesto giovanile	Docente FCI
2h	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)	Docente FCI
	22 MAGGIO 2026 (17,00-19,00) - ON-LINE	
1h	L'approccio alla disabilità (prima parte)	Docente Esperto in paralimpico
1h	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	Direttore di Corsa
	13 GIUGNO 2026 (9,00-13,00) IN PRESENZA	
2h	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	Docenti FCI
2h	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.	Docenti FCI
	20 GIUGNO 2026 (9,00-13,00-14,00-18,00) IN PRESENZA	
2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica	ISTRUTTORI FCI
2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica	ISTRUTTORI FCI
4h	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX	ISTRUTTORI FCI
	21 GIUGNO 2026 (9,00-13,00-14,00-16,00) IN PRESENZA	
2h	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi	ISTRUTTORI FCI
2h	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso asfaltato. Circuito tipo GIMCANA. Circuito di esercizi individuali e in gruppo su percorso tipo strada.	ISTRUTTORI FCI
2h	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale Circuito tipo XC/CC. Circuito tipo ability-gravity	ISTRUTTORI FCI

MODULO - VALUTAZIONE E ESAME ON LINE - DATA DA DEFINIRE		
1h	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) MAX 20 MINUTI Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) MAX 20 MINUTI Questionario di Gradimento	Docente FCI
ESAME ABILITAZIONE	Entro 3 mesi dalla fine del corso	

30

14

Con il colore VERDE la PROVA DI AMMISSIONE e le lezioni del MODULO TECNICO-PRATICO		
Con il colore GIALLO le LEZIONI PRATICHE in PALESTRA E FANNO PARTE DEL MODULO GENERALE		
	LE PARTI NON COLORATE SONO LEZIONI DEL MODULO GENERALE	