



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

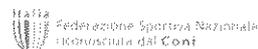
CENTRO STUDI

## ***CORSI***

***di formazione dei tecnici di ciclismo***

***1° - 2° - 3° LIVELLO***

***Nuova Normativa di riferimento approvata dal C.F. del 24.09.2007***



## **Introduzione**

Lo scopo del progetto di formazione dei tecnici del ciclismo è quello di riqualificare la figura ed il ruolo del direttore sportivo.

Gli aspetti innovativi e qualificanti di questo progetto di aggiornamento e formazione dei tecnici sono: il riconoscimento dei crediti formativi acquisiti, la possibilità di effettuare il tirocinio svolgendo l'attività in una società sportiva affiancato ad un DS esistente, i criteri di valutazione finale, il mantenimento dell'iscrizione al ruolo frequentando i corsi di aggiornamento minimi previsti e la possibilità di accrescere i crediti acquisibili attraverso l'attribuzione di crediti formativi riconoscibili come la partecipazione a stages, seminari, convegni, master, ecc...

**I nuovi aspiranti Direttori Sportivi (non ancora abilitati) che si iscriveranno ai nuovi Corsi di Formazione per richiedere la tessera di direttore sportivo conseguiranno le seguenti qualifiche:**

1. Tecnico Istruttore di base: categorie giovanili (giovannissimi dai 6 ai 12 anni), che sarà qualificato attraverso corsi di formazione organizzati a livello regionale, con programmi redatti dal Centro Studi e docenti qualificati dallo stesso.
2. Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche (esordienti ed allievi, dai 13 ai 16 anni), che sarà qualificato attraverso corsi di formazione organizzati a livello regionale con programmi redatti dal Centro Studi e docenti qualificati dallo stesso.
3. Tecnico Allenatore Categorie Internazionali (junior, donne junior, under 23 ed elite, donne elite), la cui qualificazione è svolta direttamente dal Centro Studi, attraverso corsi organizzati a livello nazionale su programmi redatti dal Centro Studi e docenti nominati dallo stesso.

In analogia alla precedente classificazione dei DS, le nuove qualifiche conseguite consentiranno il tesseramento come segue:

### **Qualifica conseguita**

### **Tesseramento**

Tecnico Istruttore Categorie Giovanili  
(Giovannissimi: da 7 a 12 anni)

Direttore Sportivo di 1° livello

Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche  
(Esordienti, Allievi, Donne Esordienti, Donne Allieve)

Direttore Sportivo di 2° livello

Tecnico Allenatore Categorie Internazionali  
(Juniores, Under 23, Elite, Donne Juniores, Donne Elite)

Direttore Sportivo di 3° livello

Saranno ammessi al corso di formazione per tecnici di società coloro che avranno compiuto il 18° anno di età, assolto gli obblighi scolastici previsti dalla legge e versato la quota di iscrizione.

**Il corso di Tecnico Istruttore Categorie Giovanili consente l'abilitazione per le categorie non agonistiche, per il tesseramento come DS di 1° livello.**

**Il corso di Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche consente l'abilitazione alle categorie maschili e femminili dai 13 ai 16 anni (tess. DS 2° liv.) ed è propedeutico al corso per Tecnico Allenatore Categorie Internazionali (tess. DS 3° livello).**

## **Crediti Formativi**

E' previsto il riconoscimento di crediti formativi acquisiti considerando le esperienze e le conoscenze maturate prima dell'iscrizione ai corsi (*vedi allegato 1*).

L'assegnazione dei crediti prevede:

- il riconoscimento di: esperienze (come atleta e/o come tecnico)  
(ex ds, prof, elite, donna elite; m. azzurra, C.d.M., G.O.- anni di attività)
- il riconoscimento di: conoscenze (titolo studio, corsi, convegni, ecc..)

In base ai crediti riconosciuti, ai corsisti sarà consentita la possibilità di frequentare un minor numero di ore rispetto al monte-ore previsto per il corso.

In ogni caso il massimo dei crediti riconoscibili potrà consentire l'assenza ad un numero di ore non superiore ad un terzo delle ore di lezione previste per il corso.

L'attribuzione dei crediti acquisiti sarà verificata dal Centro Studi, facendo riferimento alla tabella di assegnazione crediti (*vedi allegato 2*).

## **Elenco dei Tecnici Allenatori**

Superato l'esame e conseguita la qualifica inerente al corso frequentato, i tecnici allenatori saranno iscritti nell'Elenco dei Tecnici Allenatori di base, Tecnici Allenatori cat. agonistiche o Tecnici Allenatori cat. internazionali e potranno richiedere la tessera di Direttore Sportivo corrispondente.

## **Aggiornamenti**

Per mantenere l'iscrizione al ruolo, i Tecnici qualificati dovranno frequentare ogni biennio gli aggiornamenti minimi previsti:

- 1° livello: 4 ore, con contenuti specifici per Tecnici Allenatori di base
- 2° livello: 8 ore, con contenuti specifici per Tecnici Allenatori categorie agonistiche
- 3° livello : 8 ore, con contenuti specifici per Tecnici Allenatori categorie internazionali

I corsi di aggiornamento per il 1° e 2° livello saranno organizzati a livello regionale con argomenti e contenuti specifici per ogni livello, redatti dal Centro Studi al fine di garantire la massima omogeneità.

I corsi di aggiornamento saranno tenuti da docenti qualificati ed aggiornati dal Centro Studi.

I corsi di aggiornamento per il 3° livello saranno organizzati direttamente dal Centro Studi a livello nazionale o interregionale, con argomenti e contenuti redatti dal Centro Studi.

I docenti saranno nominati dal Centro Studi.

## Corso di “Tecnico Istruttore categorie giovanili” – (DS 1° livello)

**Gli obiettivi di questo corso mirano ad ottimizzare la preparazione di coloro che si apprestano ad operare con i bambini che frequentano lo sport del ciclismo.**

**Tale formazione si riferisce principalmente agli aspetti educativi e psicopedagogici evidenziando la propedeuticità dell'attività di queste categorie che costituiscono un ruolo fondamentale per l'avviamento alle categorie agonistiche.**

Più che principi generali e nozioni teoriche, che incontrano talvolta difficoltà nell'applicazione pratica, il programma del corso è finalizzato a fornire i modelli di riferimento attuali, per dare le competenze necessarie a ricoprire il ruolo formativo indispensabile per operare con queste fasce di età.

I corsi saranno organizzati a livello regionale.

Le lezioni saranno tenute da docenti qualificati e nominati dal Centro Studi, seguendo un unico programma per tutto il territorio nazionale.

Il corso avrà la durata di 32 ore, distribuite in moduli di 4 ore, oltre a 4 ore di esercitazioni pratiche (in sostituzione del tirocinio).

Per ogni modulo (di 4 ore) frequentato verrà riconosciuto 1 credito formativo.

Per l'ammissione al colloquio finale gli iscritti al corso dovranno frequentare almeno 28 ore di lezioni frontali e 4 di esercitazioni pratiche.

In base ai crediti formativi curriculari riconosciuti, i corsisti che ne avranno diritto potranno essere esonerati alla presenza alle lezioni ad un numero di ore proporzionale ai crediti, che comunque non potrà superare il massimo di 8 ore di assenza; dovranno frequentare pertanto almeno 24 ore di lezioni frontali e 4 di esercitazioni pratiche.

I corsisti che non avranno raggiunto il numero minimo di presenze previsto, potranno recuperare le ore di assenza frequentando le lezioni mancanti anche in un corso successivo o in un corso organizzato in un'altra regione.

La quota di iscrizione al corso è fissata in **100 euro**.

L'abilitazione alla qualifica di Tecnico Istruttore Categorie Giovanili verrà conseguita mediante un colloquio abilitativo.

La commissione di valutazione sarà formata dal Responsabile Regionale dei Corsi, da un docente del corso e da un rappresentante del C.R. o un suo delegato.

## Corso di “Tecnico Allenatore di categorie agonistiche” – (DS 2° livello)

**Gli obiettivi fondamentali che caratterizzano la formazione dell’allenatore delle categorie Esordienti ed Allievi sono trasmettere le principali conoscenze tecniche e tattiche ed introdurre i principi fondamentali dell'allenamento, mediante l'acquisizione di competenze specifiche che consentano di valutare adeguatamente le fasi di sviluppo ed intervenire correttamente in relazione alla categoria ed alla specialità (strada e pista) ed alle differenze fra maschi e femmine.**

**Questo allo scopo di favorire un graduale avviamento all'agonismo, incentivando le componenti di socializzazione e di crescita individuale, nel rispetto degli impegni scolastici.**

I corsi saranno organizzati a livello regionale .

Le lezioni saranno tenute da docenti qualificati e nominati dal Centro Studi, seguendo un unico programma per tutto il territorio nazionale.

Il corso avrà la durata di 64 ore complessive, distribuite in moduli di 4 ore, oltre a 4 ore di esercitazioni pratiche.

Per ogni modulo frequentato (4 ore) verrà riconosciuto 1 credito formativo.

Per l'ammissione all'esame finale gli iscritti al corso dovranno frequentare almeno 56 ore di lezioni frontali e 4 di esercitazioni pratiche.

In base ai crediti formativi curriculari riconosciuti, i corsisti che ne avranno diritto potranno essere esonerati alla presenza alle lezioni ad un numero di ore proporzionale ai crediti, ma che comunque non potrà superare il massimo di 16 ore di assenza; dovranno frequentare pertanto almeno 48 ore di lezioni frontali e 4 di esercitazioni pratiche.

I corsisti che non avranno raggiunto il numero minimo di presenze previsto, potranno recuperare le ore di assenza frequentando le lezioni mancanti anche in un corso successivo o in un corso organizzato in un'altra regione.

La quota di iscrizione è fissata in **160 €**.

Al termine del corso e comunque al raggiungimento del numero minimo di ore previsto, i corsisti potranno richiedere alla FCI il rilascio di una tessera di Direttore Sportivo, che consentirà di svolgere l'attività presso una Società Sportiva che svolga attività nelle categorie agonistiche, ed in cui dovrà essere già tesserato un DS con la qualifica di 2° livello.

La richiesta della tessera dovrà essere accompagnata da una dichiarazione scritta del Direttore Sportivo in cui manifesta la sua accettazione a svolgere la funzione di tutor affiancando il nuovo DS.

**Questa tessera di Direttore Sportivo avrà validità solo per la stagione agonistica immediatamente successiva al termine del corso. Sarà pertanto possibile rinnovare il tesseramento definitivo solo dopo il superamento dell'esame.**

L'esame di abilitazione potrà essere sostenuto in una sessione d'esame programmata, non prima di 6 mesi e non oltre 24 mesi dal termine del corso. Dopo questo periodo i crediti acquisiti con la partecipazione al corso non saranno più considerati validi; pertanto i corsisti che non avranno sostenuto l'esame di ammissione entro questo termine, dovranno frequentare un nuovo corso dall'inizio.

Coloro che non avessero superato l'esame di abilitazione potranno presentarsi ad una sessione d'esame successiva, comunque entro 24 mesi dal termine del corso.

Prima dell'ammissione all'esame l'aspirante DS dovrà presentare una tesina sull'esperienza effettuata nel periodo di attività in cui è stato tesserato.

L'esame di abilitazione prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati durante il corso (30 minuti);
- una prova scritta su un argomento a scelta fra 3 proposti, concernente i principi fondamentali e gli elementi più qualificanti sulla metodologia dell'allenamento (tempo limite di un'ora);
- un colloquio finale della durata di 20'/30', che comprenderà la discussione della tesina presentata;

La commissione sarà formata dal Responsabile Regionale dei Corsi, da un docente del corso e da un rappresentante del C.R. o un suo delegato.

L'abilitazione alla qualifica di Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche verrà conseguita con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in centesimi (minimo richiesto: 60).

Il punteggio sarà assegnato con i seguenti criteri:

- fino ad un massimo di 20 punti per la tesina sull'attività effettuata;
- fino ad un massimo di 20 punti per il questionario;
- fino ad un massimo di 20 punti per la prova scritta;
- fino ad un massimo di 40 punti per il colloquio orale.

## **Corso di “Tecnico Allenatore di categorie internazionali” – (DS 3° livello)**

La nuova impostazione del programma del corso, partendo dall'analisi del modello di prestazione, oltre a trattare in maniera approfondita gli aspetti metabolici ed i principi fondamentali della metodologia dell'allenamento, dedica particolare attenzione agli aspetti meccanici-muscolari ed alle metodiche di allenamento e sviluppo della forza.

Sono inoltre trattati gli aspetti aerodinamici e biomeccanici relativi alla postura ed alla posizione in bicicletta. Entrano infine, per la prima volta e con particolare incisività nei programmi di formazione dei tecnici, la tecnica della comunicazione, la capacità di motivazione ed il coaching.

Nella parte specifica vengono approfondite le nozioni tecniche riguardanti tutte le specialità del ciclismo su strada ed in pista con le relative metodologie di allenamento.

Il Tecnico Allenatore di categorie internazionali dovrà essere in grado di programmare l'attività per tutte le specialità del ciclismo agonistico nelle categorie Juniores (maschile e femminile), Under 23, Elite e Donne Elite.

**Per accedere al corso di Tecnico Allenatore di categorie internazionali è necessario avere conseguito l'abilitazione a Tecnico Allenatore di categorie agonistiche, ovvero essere in possesso della tessera di DS di 2° livello.**

**Gli ex-atleti che abbiano gareggiato per almeno 6 anni nelle categorie professionisti, donne elite, ed elite senza contratto potranno accedere direttamente al Corso per Tecnici Allenatori Categorie Internazionali.**

I corsi saranno organizzati a livello nazionale dal Centro Studi.

Le lezioni saranno tenute su programmi redatti e con docenti qualificati nominati dal Centro Studi.

Il corso avrà la durata di 64 ore complessive, che saranno suddivise in 4 stages (4 week-end) di 16 ore.

Per ogni modulo frequentato (4 ore) verrà riconosciuto 1 credito formativo (6 crediti per stage).

Per l'ammissione all'esame finale gli iscritti al corso dovranno frequentare almeno 56 ore complessive.

In base ai crediti formativi curriculari riconosciuti, i corsisti che ne avranno diritto potranno essere esonerati alla presenza alle lezioni ad un numero di ore proporzionale ai crediti, ma che comunque non potrà superare il massimo di 16 ore di assenza; dovranno frequentare pertanto almeno 48 ore complessivamente.

I corsisti che non avranno raggiunto il numero minimo di presenze previsto, potranno recuperare le ore di assenza frequentando le lezioni mancanti anche in un corso successivo.

La quota di iscrizione è fissata in **250 €**.

Al termine del corso e comunque al raggiungimento del numero minimo di ore previsto, i corsisti potranno richiedere alla FCI il rilascio di una tessera di Direttore Sportivo, che consentirà di svolgere l'attività presso una Società Sportiva che svolga attività nelle categorie agonistiche, ed in cui dovrà essere già tesserato un DS con la qualifica di 3° livello.

La richiesta della tessera dovrà essere accompagnata da una dichiarazione scritta del Direttore Sportivo in cui manifesta la sua accettazione a svolgere la funzione di tutor affiancando il nuovo DS.

**Questa tessera di Direttore Sportivo avrà validità solo per la stagione agonistica immediatamente successiva al termine del corso. Sarà pertanto possibile rinnovare il tesseramento definitivo solo dopo il superamento dell'esame.**

L'esame di abilitazione potrà essere sostenuto in una sessione d'esame programmata, non prima di 6 mesi e non oltre 24 mesi dal termine del corso. Dopo questo periodo i crediti acquisiti con la partecipazione al corso non saranno più considerati validi; pertanto i corsisti che non avranno sostenuto l'esame di ammissione entro questo termine, dovranno frequentare un nuovo corso dall'inizio.

Coloro che non avessero superato l'esame di abilitazione potranno presentarsi ad una sessione d'esame successiva, comunque entro 24 mesi dal termine del corso.

Prima dell'ammissione all'esame l'Aspirante DS dovrà presentare una tesina sull'esperienza effettuata nel periodo di attività in cui è stato tesserato.

L'esame di abilitazione prevede:

- un questionario con 20 domande a risposta chiusa sugli argomenti trattati durante il corso (30 minuti);
- una prova scritta su un argomento a scelta fra 3 proposti, concernente i principi fondamentali e gli elementi più qualificanti sulla metodologia dell'allenamento (tempo limite di un'ora);
- un colloquio finale della durata di 20'/30', che comprenderà la discussione della tesina presentata;

La commissione d'esame sarà composta da 1 docente del corso, il direttore del Centro Studi o un suo delegato, un rappresentante del Consiglio Federale o un delegato.

L'abilitazione alla qualifica di Tecnico Allenatore Categorie Internazionali verrà conseguita con l'acquisizione di un punteggio finale espresso in centesimi (minimo richiesto: 60).

Il punteggio sarà assegnato con i seguenti criteri:

- fino ad un massimo di 20 punti per la tesina sull'attività effettuata;
- fino ad un massimo di 20 punti per il questionario;
- fino ad un massimo di 20 punti per la prova scritta;
- fino ad un massimo di 40 punti per il colloquio orale.

## **Organizzazione dei Corsi di Formazione e di Aggiornamento**

I corsi di formazione di 1° e 2° livello ed i relativi corsi di aggiornamento sono organizzati a livello regionale.

I Responsabili Regionali o i Coordinatori Regionali dei Corsi dovranno comunicare al Settore Studi nel mese di settembre di ogni anno il numero, il livello, il luogo di svolgimento e la data di inizio dei corsi che saranno programmati nella regione l'autunno successivo, specificando i nominativi dei docenti.

I corsi dovranno essere preferibilmente organizzati nei mesi di inattività agonistica (ottobre- marzo). I corsi di formazione e di aggiornamento di 3° livello sono organizzati a livello nazionale dal Settore Studi.

### **Partecipazione**

Ad ogni corso il numero massimo non potrà superare le 35 unità; il numero minimo per i corsi di 1° e 2° livello sarà stabilito dal C.R. organizzatore.

### **Aspetti economici**

Sono di competenza dei CCRR per i corsi di 1° e 2° livello e relativi corsi di aggiornamento:

- le spese organizzative
- i compensi ai Docenti come previsto nella tabella sotto riportata, oltre al rimborso di eventuali spese di vitto, alloggio e viaggio per i Docenti
- un compenso al "Coordinatore Regionale dei corsi", pari a 150 euro per un corso di 1° livello e di 300 per un corso di 2° livello; per i corsi di aggiornamento di 1°e 2° livello è previsto un compenso di 100 euro.

### **Quote iscrizione ai corsi di formazione**

LIVELLO	MONTE ORE	MODULI	QUOTA ISCRIZIONE
1° livello:	<u>32 ore</u>	2 stages di 16 ore (o 4 stages di 8 ore)	100 €
2° livello:	<u>64 ore</u>	4 stages di 16 ore (o 8 stages di 8 ore)	160 €
3° livello:	<u>64 ore</u>	4 stages di 16 ore	250 €

oltre ad eventuali spese di vitto ed alloggio.

### **Quote iscrizione ai corsi di aggiornamento**

LIVELLO	MONTE ORE	MODULI	QUOTA ISCRIZIONE
1° livello:	<u>4 ore</u>	1	20 €
2° livello:	<u>8 ore</u>	2	30 €
3° livello:	<u>8 ore</u>	2	40 €

## **Compensi per i Docenti**

Il compenso previsto per i docenti dei Corsi Regionali (1° e 2° livello) è di 50 € netti per ora di lezione.  
Il compenso previsto per i docenti dei Corsi Nazionali è di 100 € netti per ora di lezione.

Per l'esame finale si richiede un colloquio individuale della durata di 20', prevedendo un impegno di 6-8 ore per 20-25 iscritti; il compenso previsto sarà di € 100 netti per i corsi di 1° livello, di € 200 netti per i corsi di 2° livello, e di € 400 netti per i corsi di 3° livello.

Al fine di garantire la possibilità di effettuazione dei corsi anche nelle regioni minori, per i Comitati Regionali che non riusciranno a raggiungere il numero minimo di iscritti sufficiente per l'organizzazione dei Corsi, si prevede la possibilità di organizzare corsi interregionali, con il coordinamento del Settore Studi.

## **Materiale didattico**

Il materiale didattico verrà prodotto dal Settore Studi della FCI e sarà fornito ai CCRR (per i corsi di 1° e 2° livello) in base alle richieste preventivamente presentate dai Responsabili Regionali dei Corsi.

Il materiale didattico per i corsi di 3° livello verrà distribuito ai corsisti direttamente dal Settore Studi.

Il contributo per il materiale didattico è fissato in € 25,00 per il corso di 1° livello, € 40,00 per il corso di 2° livello ed € 50,00 per il corso di 3° livello, e verrà versato dai corsisti all'inizio del corso.

## **D.S. ABILITATI**

**I Direttori Sportivi abilitati con i corsi effettuati prima della Nuova Normativa potranno continuare a tesserarsi per il livello conseguito, e manterranno l'iscrizione all'Albo dei Direttori Sportivi frequentando gli aggiornamenti minimi previsti: 8 ore, con contenuti specifici per Tecnici Allenatori nel corso di ogni biennio.**

### **Accesso alle qualifiche di Tecnico Istruttore e di Tecnico Allenatore per i D.S. abilitati prima della Nuova Normativa.**

- I Direttori Sportivi già abilitati al 1°- 2° e 3° livello che intendano conseguire la qualifica di Tecnico Istruttore di Base dovranno frequentare un Corso di Aggiornamento specifico della durata di 12 ore, senza necessità di sostenere l'esame finale.
- I Direttori Sportivi già abilitati al 2° livello che intendano conseguire la qualifica di Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche dovranno frequentare un Corso di Aggiornamento specifico, della durata di 32 ore, senza necessità di sostenere l'esame finale.
- I Direttori Sportivi già abilitati al 3° livello che intendano conseguire la qualifica di Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche dovranno frequentare un Corso di Aggiornamento specifico, della durata di 24 ore, senza necessità di sostenere l'esame finale.
- **I Direttori Sportivi già abilitati al 3° livello che intendono ottenere la qualifica di Tecnico Allenatore Categorie Internazionali dovranno effettuare il Corso di Formazione previsto, per almeno 48 ore di presenza e sostenere l'esame finale.**

I Corsi di Aggiornamento specifico per Tecnico Allenatore di Base e Tecnico Allenatore Categorie Agonistiche saranno organizzati a livello regionale a partire dal 2008.

I Corsi di Formazione per Tecnico Allenatore di Categorie Internazionali saranno organizzati a livello nazionale dal Centro Studi a partire dal mese di gennaio 2008.

A tutti i Direttori Sportivi già abilitati che intendono iscriversi ai corsi di Tecnico Allenatore saranno riconosciuti i crediti formativi, come previsto nella tabella di riferimento (*allegato 2*).

In ogni caso ai DS 1° livello già abilitati sarà riconosciuto almeno 1 credito (corrispondente a 4 ore di frequenza); ai DS 2° livello già abilitati saranno riconosciuti 2 crediti (pari ad 8 ore di frequenza).