

CORSI DI FORMAZIONE 2020/2021
TECNICI/ALLENATORI O COORDINATORE GRUPPI DI TRAIL RUNNING
VIDEO LEZIONI ON LINE

Corso organizzato in collaborazione con la S.d.A. Atletica Leggera Regionale e Nazionale

TOTALE ORE: 30 ore videolezioni on line + esame di verifica in presenza

PARTECIPANTI: min. 20

COSTO: Euro 210 corso completo U.D.B. Unità Didattiche Base + Corso per qualifiche tecniche di 1° liv. (Operatore Sportivo/Coord.re gruppi T.R.) o di 2° liv. (Tecnico/Allenatore T.R).

Euro 180 per le qualifiche tecniche di 1° o 2° livello (per i candidati che hanno già frequentato un corso UDB).

Euro 20 per tessera UISP 2021 per i non tesserati UISP

OBIETTIVO: formare figure in grado di programmare, pianificare, gestire, coordinare, presiedere, condurre, allenamenti di Trail Running sia all'interno di manifestazioni sportive dedicate a questa disciplina sia in società sportive che raggruppano atleti che vi si dedicano.

Il **Trail Running** è una attività sportiva che accomuna la predilezione per la corsa, la passione per i sentieri, (in montagna, pianura, deserto, bosco, o collina), i percorsi stradali ed il rispetto per l'ambiente. Forte è infatti il protocollo che accosta questi elementi a tal punto da non poter pensare a questa disciplina senza la presenza di tutti questi aspetti contemporaneamente.

L'idea di organizzare uno specifico corso verticale parte dalla necessità di qualificare all'interno della Uisp specifiche figure che si dedichino all'insegnamento di tale disciplina, fornendo loro le informazioni basilari affinché si affermi la globale cultura che si cela dietro alla attività di T.R.

Non si tratta solo di essere esperti nel correre o nella metodologia dell'allenamento, bensì di coniugare questi due requisiti con altri contenuti che ad essa afferiscono: meteorologia, programmazione, alimentazione, gestione dei gruppi, concetto di sicurezza, orientamento ecc...

AL CORSO POSSONO ISCRIVERSI:

A) i Laureati in Scienze Motorie, i Diplomatici Isef, i tecnici in possesso di altri brevetti coerenti con l'attività di riferimento (es.: istruttore/allenatore Fidal).

B) Atleti e dirigenti interessati con un'esperienza pluriennale nel settore (previa presentazione di curriculum sportivo, che sarà opportunamente visionato dalla commissione formativa).

C) Praticanti trail con un'esperienza pluriennale nel settore (allegare curriculum sportivo che sarà opportunamente visionato dalla commissione formativa) che vogliono arricchire il proprio baglio culturale attraverso appositi moduli formativi (sicurezza, orientamento, alimentazione, materiali ecc.) per una maggiore consapevolezza della disciplina, indipendentemente dal "gestire" gruppi di persone.

Test Teorico Finale: Al termine del programma on line vi è una giornata in presenza per il test finale per accedere al quale è obbligatorio presenziare a tutte le lezioni on line in programma.

Il test teorico sarà differenziato in base ai requisiti iniziali di ogni corsista.

I candidati, con i requisiti d'iscrizione descritti al punto "A", se supereranno positivamente tutti i test d'uscita, saranno inquadrati con la qualifica livello 2 di **Tecnico/Allenatore di Trail Running UISP Nazionale**. I candidati, con i requisiti d'iscrizione descritti al punto "B" e "C", se supereranno positivamente tutti i test d'uscita, saranno inquadrati con la qualifica Livello 1 di **Operatore Sportivo/Coordinatore Gruppi nella disciplina del Trail Running UISP Nazionale**.

Per entrambi i livelli sarà consegnato l'Attestato Nazionale (di Tecnico/Allenatore di Trail Running UISP Nazionale o Operatore Sportivo/Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running UISP Nazionale) riconosciuto ai fini associativi ed istituzionali dalla UISP su tutto il territorio nazionale.

I candidati che non dovessero superare i test d'uscita, potranno ripeterli, in forma gratuita, in un qualsiasi altro corso nazionale UISP di Trail Running (da tecnico/allenatore o coordinatore gruppi).

Ricordiamo che i candidati che otterranno la qualifica di **Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running**, come descritto dal regolamento nazionale della Formazione d'Atletica Leggera, dopo **3 anni** d'attività pratica opportunamente documentata ed avallata dal proprio dirigente/presidente di società sportiva Uisp (o da altri dirigenti/presidenti di società sportive Uisp) potranno ambire ad ottenere, previo il superamento della verifica teorica, la qualifica superiore.

PROGRAMMA CORSO TECNICI ALLENATORI E COORDINATORI GRUPPI TRAIL RUNNING (30 ORE)	
Sa 09/01/2021 14.00-18.00 on-line	Normativa della disciplina: Il Regolamento del T.R. UISP. Ruolo e Compiti del Coordinatore Gruppi di T.R. <i>Docente: Christian Mainini Resp. Formazione S.d.A. Atletica Leggera UISP Nazionale (4 ore)</i>
Ma 12/01/2021 20.00-22.00 on-line	Elementi di primo soccorso e autosoccorso <i>Docente: Dott.ssa Laura Guerrini medico e nutrizionista (2 ore)</i>
Ma 19/01/2021 20.00-22.00 on-line	Il concetto di sostenibilità ambientale nella gestione dei gruppi nel T.R. <i>Docente: Manuela Claysset Presidente Consiglio Nazionale UISP (2 ore)</i>
Sa 23/01/2021 14.00-17.30 on-line	Elementi base di anatomia e traumatologia: le patologie più frequenti nel T.R. <i>Docente: Dott.ssa Laura Guerrini medico e nutrizionista (3,5 ore)</i>
Sa 06/02/2021 14.00-18.00 on-line	Teoria e metodologia dell'allenamento: elementi base <i>Docente: Enrico Vedilei Tecnico FIDAL e selezionatore Nazionale italiana Ultratrail e Umberto Grella Tecnico FIDAL e Istruttore Corsa Naturale (4 ore)</i>
Ma 09/02/2021 20.00-22.30 on-line	Elementi base di cartografia, lettura dei percorsi, strumentazioni di supporto <i>Docente: Claudia Piombi Istruttore di Alpinismo del CAI (2,5 ore)</i>
Sa 13/02/2021 15.00-19.00 on-line	Teoria e metodologia dell'allenamento: elementi base <i>Docente: Enrico Vedilei Tecnico FIDAL e selezionatore Nazionale italiana Ultratrail e Umberto Grella Tecnico FIDAL e Istruttore Corsa Naturale (4 ore)</i>
Ma 16/02/2021 20.00-22.00 on-line	La sicurezza nel T.R.: tipologia dei percorsi, lettura delle previsioni meteo. <i>Docente: Claudia Piombi Istruttore di Alpinismo del CAI (2 ore)</i>
Lu 22/02/2021 20.00-22.00 on-line	Gli aspetti psicologici nella gestione dell'allenamento. Elementi base della comunicazione interpersonale. <i>Docente: Massimo Davi Resp. Formazione UISP Emilia-Romagna e Formatore Nazionale Uisp (2 ore)</i>
Ma 02/03/2021 20.00-22.00 on-line	L'alimentazione in allenamento, gara e nelle diverse stagioni o condizioni meteo <i>Docente: Dott.ssa Laura Guerrini medico e nutrizionista (2 ore)</i>
Ma 09/03/2021 20.00-22.00	L'abbigliamento da gara e/o allenamento e dotazioni di sicurezza. <i>Docente: Claudia Piombi Istruttore di Alpinismo del CAI (2 ore)</i>
Test di verifica (scritto, orale e prova pratica) Località e date a scelta dei partecipanti: Dom 21/03/2021 Parco del Carnè Brisighella (Ra) Sab 20/03/2021 o Dom 21/03/2021 ore 9.00-13.00 Avezzano (AQ) <i>Referente esaminatore Aurelio Michelangeli responsabile Trail UISP Nazionale</i>	

Eventuali modifiche al programma relative anche alle disposizioni DCPM in materia Covid saranno tempestivamente comunicate ai partecipanti e pubblicate sul sito istituzionale

Condizioni: per poter aderire al corso occorre avere la maggiore età ed essere soci Uisp in regola in regola con il tesseramento 2021 (tessere emesse dopo il 1° settembre 2020). Per i non soci il costo tessera UISP 2021 è di € 20 da pagare in aggiunta alla quota di iscrizione.

Il corso verrà attivato a raggiungimento del numero minimo previsto in 20 allievi iscritti.

Termine iscrizione: entro il 28/12/2020 inviare la scheda allegata e ricevuta bonifico a imolafaenza@uisp.it

Versamento quota iscrizione: Bonifico intestato a Comitato UISP Terr.le Imola Faenza
Iban: **IT33E0200821000 000010462601** Causale "cognome/nome; corso completo UDB+T.R" oppure "cognome/nome corso formazione tecnici T.R."

Programma corsi di Formazione 2020/2021
SCHEDA DI ISCRIZIONE

da inviare per mail a imolafaenza@uisp.it unitamente a copia ricevuta bonifico

Il/la sottoscritto/a:

Cognome/Nome		Cod fiscale	
Nato a		Prov	Data nascita
Residente in via/piazza			N°
Città		Cap	Prov
Email		Tel/cell	
Titolo di studio			

N° Tessera UISP (obbligatorio) Comitato

Struttura di attività:.....

DESIDERA ISCRIVERSI AL

Tessera UISP 2021 (Euro 20)

Corso UDB - Unità Didattiche di Base (Euro 30)

Corso 1° Livello "Operatore Sportivo/Coordinatore Gruppi Trail Running" (Euro 180)

Corso 2° livello "Tecnici/Allenatori Trail Running" (Euro 180)

Relativamente a tale corso, ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 28/12/2000, n. 445 autocertifico di essere in possesso di Laurea in Scienze motorie o Diploma ISEF

Si autorizza l'utilizzo dei dati personali ai soli fini organizzativi ai sensi della legge artt.13 e 23 del D.Lgs 196/2003

Firma

..... data