

Scuola Maestri Mountainbike

da: <http://www.federciclismo.it/maestri/index.asp>

Cos'è la scuola maestri MTB ?

La SCUOLA FEDERALE MAESTRI DI MTB E CICLISMO FUORISTRADA realizza corsi per la formazione, la qualificazione e l'aggiornamento di figure tecnico-professionali che operino nel settore sportivo, addestrativo e promozionale, quali il MAESTRO DI MTB E CICLISMO FUORISTRADA.

Inoltre la Scuola Federale opera in collaborazione con le realtà locali per la realizzazione di Centri o Scuole periferiche e/o locali di mountain biking e Ciclismo Fuoristrada. Tali scuole saranno le unità operative per l'offerta di un servizio aggiuntivo nel campo delle attività sportive e promozionali.

Dove opera il Maestro di MTB ?

IL MAESTRO opera in un ambito sportivo con finalità addestrative e promozionali, riguardo al ciclismo fuoristrada con particolare riferimento al mountain biking escursionistico.

L'attività si rivolge ai principianti che devono apprendere le cose più semplici relative al mezzo (la bicicletta da mtb) ed al modo di usarlo, nel massimo rispetto della natura.

L'attività si

rivolge anche ai praticanti che vogliono perfezionare le loro capacità tecniche esecutive in mtb.

Cosa deve conoscere un Maestro di MTB ?

Il Maestro deve conoscere accuratamente il mezzo (la bicicletta da mtb) e saper insegnare a usarlo nel migliore dei modi nelle situazioni tipiche del mtb, deve anche sapersi orientare bene nella lettura cartografica.

Deve, inoltre, conoscere le propedeuticità didattiche delle esercitazioni, i mezzi e i metodi per svilupparle e consolidarle secondo il caso e delle fasce d'età cui si rivolge. Pertanto il Maestro dovrà mirare al miglioramento delle capacità coordinative specifiche e, limitatamente alla durata delle esercitazioni, anche a quelle condizionali dei suoi allievi.

A questo scopo saranno approfonditi alcuni problemi riguardanti l'allenamento e lo sviluppo di delle tecniche di guida e di conduzione del mezzo in diverse situazioni escursionistico-sportive.

Gli elementi di maggiore approfondimento riguardo ai principi biologici, fisiologici, psicologici e pedagogici dello sviluppo umano e della pratica sportiva in montagna e alta montagna, nonché capacità di intervento nel primo soccorso, sono di fondamentale importanza nella formazione dei MAESTRI DI MTB.

Su quali aree di formazione vertono i corsi di Maestro ?

Le aree specifiche di formazione sono:

l'area metodologica: con particolare riferimento agli insegnamenti della scuola federale di ciclismo fuoristrada;

l'area biologica: conoscenze relative alle funzioni organiche riguardo alla pratica sportiva

e all'età degli allievi, nonché all'attività sportiva in ambiente montano;

l'area giuridico-legislativa: problematiche fiscali, tutela sanitaria e assicurativa, leggi e norme nazionali e locali, ecc.;

l'area organizzativo-manageriale: teoria dell'organizzazione, controllo di gestione, processi decisionali;

l'area psico-sociologica: gestione dei gruppi e delle risorse umane, analisi dei fenomeni innovativi nel contesto sociale ed economico;

l'area marketing: concetti base del marketing, rapporti attività e servizi offerti, strategie di ricerca e gestione delle sponsorizzazioni;
l'area dell'impiantistica sportiva: pianificazione, strutturazione, gestione amministrativa e tecnica degli impianti della scuola locale

Come si ottiene la qualifica di Maestro MTB ?

La qualifica di Maestro di Mtb e Ciclismo Fuoristrada potrà essere conseguita al termine del corso di formazione dopo il superamento di una prova di valutazione finale. La frequenza ai corsi è da considerarsi obbligatoria

Chi può accedere ai corsi di maestro di MTB ?

Possono accedere ai corsi tutti gli uomini e le donne che non abbiano superato i quarantacinque anni d'età, in condizioni di sana e robusta costituzione fisica e in possesso della licenza di scuola media inferiore.

Sono favoriti per l'accesso ai corsi, gli ex corridori, i Direttori Sportivi, i diplomati I.S.E.F. e gli operatori sportivi in genere secondo norme stabilite dalla SCUOLA FEDERALE MAESTRI DI MTB.

Ai corsi si accede limitatamente al numero dei posti disponibili, previa accettazione della domanda individuale di iscrizione.

Quanto dura un corso Maestri MTB ?

Per il corso di "MAESTRO DI MTB" si prevedono 40 ore di lezione tra teoria, pratica e 40 ore di tirocinio nell'arco di un semestre di formazione.

Come sono suddivise le ore di lezione ?

PARTE GENERALE: Totale 20 ore di lezione + 2 ore di valutazione

Cenni di Anatomia e Fisiologia

2 ore

Apparato locomotore – sistema nervoso. Traumatologia e primo soccorso

2 ore

Biologia dello Sport (muscolo e bioenergetica)

2 ore

Principi generali di alimentazione (fabbisogno e razioni alimentari per escursioni in montagna)

2 ore

Psicopedagogia (metodologia dell'insegnamento)

4 ore

Motivazione, abilità e comportamenti motori. Elementi di legislazione e normative Regionali e Nazionali

2 ore

Teoria e metodologia dell'allenamento

4 ore

Capacità coordinative e condizionali, carico dell'allenamento.

La preparazione atletica di base: esercitazioni pratiche

2 ore

PARTE SPECIFICA: Totale 20 ore di lezione + 2 di valutazione

La bicicletta da mtb e le altre bici

2 ore

Struttura federale, regolamenti tecnici

1 ora

Iniziative promozionali e attività giovanile

1 ora

Meccanica ciclistica

2 ore

Orientamento

1 ora

Lecture di mappe geografiche per escursioni in montagna

1 ora

Obiettivi preparazione giovanile, programmazione + mezzi e metodi

4 ore

Tecnica ciclistica MTB, esercitazioni pratiche:

6 ore

1 - la posizione in bici e mtb

2 - mezzi e metodi per lo sviluppo delle capacità tecniche

3 - esercitazioni propedeutiche in mtb

Esercitazione pratica: escursioni in mtb

2 ore

TIROCINIO: Totale 40 ore

Da svolgere presso strutture, società, istituzioni e manifestazioni sportive indicate dalla Fci.