



***FITA***  
***Federazione Italiana Taekwondo***

<b>ALLENATORE – 1° Livello</b>				L' Allenatore è il primo livello tecnico nazionale degli insegnanti di Taekwondo che consente di ricoprire l'incarico di Direttore Tecnico presso <b>una</b> società.		
<b>Requisiti</b>				<b>Formazione</b>	<b>Didattica</b>	
<b>ETA'</b>	<b>GRADO RICHIESTO</b>	<b>QUALIFICA FEDERALE</b>	<b>TITOLO DI STUDIO</b>	<b>CORSO REGIONALE/NAZIONALE</b>	<b>ANZIANITA' DI INCARICO</b>	<b>TITOLARITA'</b>
18 anni	Cintura Nera	Atleta	Scuola Secondaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tirocinio Formativo (TF) presso ASD</li> <li>▪ Corso Propedeutico Regionale</li> <li>▪ a scelta: Propedeutico OnLine</li> <li>▪ Esame di Qualifica ALLENATORE</li> </ul>	50 ore TF	Direttore Tecnico di <b>1 società</b>
<b>PROVE PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA TECNICA – ALLENATORE</b>						
<b>PROVE</b>		<b>AREE DISCIPLINARE</b>	<b>ARGOMENTI</b>			<b>MATERIALE</b>
<b>PROVA SCRITTA COLLETTIVA</b> (Questionario con risposte multiple)		<i>Medicina dello Sport</i>	CONTRAZIONE MUSCOLARE MECCANISMI ENERGETICI			Quaderno Tecnico
		<i>Settore Paralimpico</i>	REGOLAMENTO E CLASSIFICAZIONE Patologie neuro - scheletriche			Video Lezione su piattaforma SLIDE
		<i>Teoria e metodologia dell'insegnamento</i>	I PROFILI FORMATIVI			Video Lezione su piattaforma Quaderno Tecnico
			QUADRI TECNICI FEDERALI			
		<i>Regolamento Settore Federale Formazione UdG</i>	IL REGOLAMENTO ARBITRALE DELLE COMPETIZIONI			SLIDE
<b>PROVA ORALE</b>		<i>Teoria e Metodologia dell'allenamento</i>	LE CAPACITA' MOTORIE: Classificazione ed evoluzione nelle fasce di età giovanile			Video Lezione su piattaforma Quaderno Tecnico
		<i>Taekwondo Settore Regolamenti</i>	PROGRAMMI FEDERALI			Regolamento Tecnico
<b>PROVA A CARATTERE TECNICO - PRATICA</b>		<i>Taekwondo Settore Agonistico</i>	DIDATTICA DELLA TECNICA E DELLA TATTICA APPLICAZIONE METODOOGICA			Applicazione Pratica
		<i>Taekwondo Settore Forme</i>	DIDATTICA E PRATICA DELLE FORME (da 1° Taegeuk a Koryo)			Applicazione Pratica

<b>ISTRUTTORE – 2° Livello</b>				L' Istruttore è il secondo livello tecnico nazionale degli insegnanti di Taekwondo che consente di ricoprire l'incarico di Direttore Tecnico presso <b>due</b> società.		
<b>Requisiti</b>				<b>Formazione</b>	<b>Didattica</b>	
<b>ETA'</b>	<b>GRADO RICHIESTO</b>	<b>QUALIFICA FEDERALE</b>	<b>TITOLO DI STUDIO</b>	<b>CORSO REGIONALE/NAZIONALE</b>	<b>ANZIANITA' DI INCARICO</b>	<b>TITOLARITA'</b>
25 anni	2° DAN	Allenatore	Scuola Secondaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Corso Propedeutico Regionale</li> <li>▪ a scelta: Corso Propedeutico OnLine</li> <li>▪ Corso Nazionale di Formazione</li> <li>▪ Esame di Qualifica ISTRUTTORE</li> </ul>	<b>2 ANNI</b> di Direzione Tecnica	Direttore Tecnico di <b>2 società</b>
<b>PROVE PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA TECNICA – ISTRUTTORE</b>						
<b>PROVE</b>		<b>AREE DISCIPLINARE</b>	<b>ARGOMENTI</b>			<b>MATERIALE</b>
<b>PROVA SCRITTA COLLETTIVA</b> (Questionario con risposte multiple)		<i>Medicina dello Sport</i>	STRUTTURE E FUNZIONI ORGANICHE INFORTUNI E PATOLOGIE NEL TAEKWONDO			Dispensa
		<i>Settore Paralimpico</i>	REGOLAMENTO E CLASSIFICAZIONE Patologie neuro - scheletriche			
<b>PROVA ORALE</b>		<i>Attività Giovanile</i>	L'APPRENDIMENTO DELLA TECNICA			Video Lezione su piattaforma Quaderno Tecnico SLIDE
		<i>Teoria e Metodologia dell'Insegnamento</i>	LA RICERCA DEL TALENTO			SLIDE
<b>PROVA A CARATTERE TECNICO - PRATICA</b>		<i>Taekwondo Settore Agonistico</i>	LA TECNICA: Aspetto tattico-strategico / tecnico-combinatorio			Applicazione Pratica
		<i>Taekwondo Settore Forme</i>	DIDATTICA E PRATICA DELLE FORME (da 6° Taegeuk a Sipjin)			Applicazione Pratica

<b>MAESTRO – 3° Livello</b>				Il Maestro è il terzo livello tecnico nazionale degli insegnanti di Taekwondo che consente di ricoprire l'incarico di Direttore Tecnico presso <b>tre</b> società.		
<b>Requisiti</b>				<b>Formazione</b>	<b>Didattica</b>	
<b>ETA'</b>	<b>GRADO RICHIESTO</b>	<b>QUALIFICA FEDERALE</b>	<b>TITOLO DI STUDIO</b>	<b>CORSO REGIONALE/NAZIONALE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Corso Propedeutico Regionale</li> <li>▪ a scelta: Propedeutico OnLine</li> <li>▪ Corso Nazionale di Formazione</li> <li>▪ Esame di Qualifica MAESTRO</li> </ul>	<b>ANZIANITA' DI INCARICO</b>	<b>TITOLARITA'</b>
30 anni	3° DAN	Istruttore	Scuola Secondaria			<b>3 ANNI</b> di Direzione Tecnica
<b>PROVE PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA TECNICA – MAESTRO</b>						
<b>PROVE</b>		<b>AREE DISCIPLINARE</b>	<b>ARGOMENTI</b>			<b>MATERIALE</b>
<b>PROVA SCRITTA COLLETTIVA</b> (Questionario con risposte multiple)		<i>Medicina dello Sport</i>	NOZIONI DI ALIMENTAZIONE E SPORT			Dispensa
		<i>Settore Paralimpico</i>	IL DOPING			
<b>PROVA ORALE</b>		<i>Settore Paralimpico</i>	PRESTAZIONE E COMPETIZIONI Patologie neuro - scheletriche			Video Lezione su piattaforma Dispensa
		<i>Metodologia dell'Allenamento</i>	LA CAPACITÀ DI CARICO E LA PRESTAZIONE NEL TAEKWONDO TAPERING E PEAKING PER UNA PERFORMANCE OTTIMALE			Video Lezione su piattaforma Quaderno Tecnico
<b>PROVA A CARATTERE TECNICO - PRATICA</b>		<i>Taekwondo Settore Agonistico</i>	LA GESTIONE TECNICO-TATTICA NELL'ATLETA DI ALTO LIVELLO			Quaderno Tecnico Applicazione Pratica
		<i>Taekwondo Settore Forme</i>	DIDATTICA E PRATICA DELLE FORME (da Koryo a Chonkwon)			Applicazione Pratica
			FREESTYLE POOMSAE			