



Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e della Ricerca

Ufficio Scolastico Regionale per l'Emilia-Romagna

Ufficio VII - Ambito territoriale di Forlì-Cesena e Rimini
sede provinciale di Forlì-Cesena

Prot.n.6406/C32

Forlì, 30 novembre 2015

Ai Dirigenti Scolastici
delle Scuole d'Istruzione Secondaria
di 1° e 2° grado statali e paritarie
e, p.c. Al Presidente ASD Arcieri-Cesena
c.a. Davide Fiorini
Al Segretario ASD Arcieri-Cesena
c.a. Gioele Magnani

OGGETTO: corso di aggiornamento sulla disciplina sportiva del Tiro con l'Arco
Cesena, 11 – 15-17 e 22 dicembre 2015

La società ASD Arcieri Cesena organizza, d'intesa con l'Ufficio scrivente, il corso di aggiornamento sulla disciplina sportiva del Tiro con l'Arco, rivolto ai docenti in servizio presso le Scuole d'Istruzione Secondaria di 1° e 2° grado statali e paritarie.

NOTE ORGANIZZATIVE

Il corso, completamente gratuito, avrà una durata di n. 12 ore e si svolgerà a Cesena, presso la palestra situata in Via San Bartolomeo (verranno affissi cartelli con indicazione dell'impianto a partire da Via Subborgo F. Comandini), nelle seguenti giornate:

venerdì 11 dicembre p.v. dalle ore 15.00 alle ore 18.00;
martedì 15 dicembre p.v. dalle ore 15.00 alle ore 18.00;
giovedì 17 dicembre p.v. dalle ore 15.00 alle ore 18.00;
martedì 22 dicembre p.v. dalle ore 15.00 alle ore 18.00.

Direttore del corso:

- Franca Cenesi – Referente per il Coordinamento Provinciale per le Attività Motorie e Sportive

Docenti relatori:

- Gioele Magnani
- Michele Musto

PROGRAMMA ¹

- **1° Giornata: venerdì 11 dicembre p.v. - dalle ore 15.00 alle ore 18.00**
 - Criteri di scelta del materiale adatto per ogni atleta;
 - Nomenclatura delle varie attrezzature utilizzate durante il corso;
 - Postura corretta per il tiro;
 - Prove pratiche di tiro.

¹ Altri argomenti potranno essere trattati qualora ve ne fosse la necessità.

- **2° Giornata: martedì 15 dicembre p.v. - dalle ore 15.00 alle ore 18.00**
 - Perfezionamento della postura;
 - Creazione della personale “sequenza di tiro”;
 - Respirazione;
 - Prove pratiche di tiro.

- **3° Giornata: giovedì 17 dicembre p.v. - dalle ore 15.00 alle ore 18.00**
 - Rilascio corretto della corda e trazione scapolare;
 - Primi rudimenti di messa a punto del materiale;
 - Presentazione di diversi stili di tiro;
 - Prove pratiche di tiro.

- **4° Giornata: martedì 22 dicembre p.v. - dalle ore 15.00 alle ore 18.00**
 - Consolidamento e perfezionamento delle nozioni acquisite;
 - Mini competizione tra i partecipanti.

Ogni lezione inizierà con una breve fase di riscaldamento.

ISCRIZIONI

Gli interessati dovranno far pervenire l'iscrizione, scannerizzata (formato .pdf), mediante la scheda allegata alla presente, al Delegato Provinciale della F.I.T.ARCO – c.a. Gioele Magnani (e mail: gioelemagnani@gmail.com), e all'U.S.R.E.R. - Ufficio VII - Ambito territoriale per la provincia di Forlì-Cesena – Ufficio Educazione Fisica e Sportiva (e mail: franca.cenesi.fo@istruzione.it),

entro lunedì 7 dicembre 2015

Il corso sarà attivato con un minimo di 6 partecipanti e non potranno essere accettate (per questioni logistiche) più di 10 iscrizioni (in base all'ordine di arrivo).

I nominativi dei partecipanti verrà comunicato con successiva circolare.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Si fa presente che non è previsto alcun rimborso per i partecipanti e che gli stessi dovranno presentarsi con un abbigliamento idoneo a svolgere la parte pratica accessibile a tutti !!!

Il Dirigente

Giuseppe Pedrielli

Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3, c. 2, D.Lgs.vo 39/93

✓ In allegato: scheda di partecipazione

Dirigente: Giuseppe Pedrielli Responsabile del procedimento: Franca Cenesi Tel. 0543/451351 - Cell. 349.6497357 e mail: franca.cenesi.fo@istruzione.it
