



## CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.  
D. Lgs n. 242 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)  
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO  
(D.M. 559/C. 3206.12000.A. [101] DEL 29 FEBBRAIO 92)  
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE – iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. e Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)



Certificato n. 28746/13/S  
Progettazione ed Erogazione  
Eventi e Formazione

### SETTORE NAZIONALE TIRO CON L'ARCO



## CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE NAZIONALE (I LIVELLO) TIRO CON L'ARCO

Valido per le tutte le discipline CONI

### Modalità del corso

- Parte teorica: *on line* (si riceverà la comunicazione per i collegamenti programmati)
- Parti teorico-pratiche ed esami: in presenza presso sedi provinciali/regionali CSEN dislocate sul territorio nazionale.

### Riconoscimenti

- Diploma Nazionale CSEN
- Tesserino Tecnico Istruttore Nazionale (I livello) di Tiro con l'Arco per l'anno in corso
- Iscrizione all'Albo dei Tecnici Nazionali CSEN per l'anno in corso

### Partecipazione

Minimo 10 / massimo 20 partecipanti. Potranno frequentare il corso gli arcieri che praticano l'attività da almeno un anno.

### Iscrizione e Quota

Richiedere alla Segreteria ([csenarchery@gmail.com](mailto:csenarchery@gmail.com)) la scheda d'iscrizione e inviarla (con tutti i dati e i documenti richiesti) **entro il 22/10/2023**.

La quota d'iscrizione a persona è di euro 350,00 comprensiva - in caso di superamento dell'esame - dei costi per il rilascio del Diploma Nazionale e del Tesserino Tecnico CSEN per l'anno in corso. Sarà versata, dopo conferma della partenza del corso ed entro il **entro il 29/10/2023**.

### Per informazioni

- E-mail segreteria del Settore: [csenarchery@gmail.com](mailto:csenarchery@gmail.com)
- Diretto: 347.0846907 (Luigi) – 348.0936849 (Marco) – 389.7854597 (Dario)



VIA L. BODIO, 57 – 00191 ROMA  
TEL. 06.329.18.53 – 06.329.48.07 – 06.329.47.02 FAX 06.329.23.97  
[www.csen.it](http://www.csen.it) – e-mail: [info@csen.it](mailto:info@csen.it)



## Docenti

- *Grillo Luigi*

Responsabile Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Formatore Nazionale CSEN, Biologo e Membro Consiglio Nazionale dei Biologi, Responsabile per la Formazione e Divulgazione Scientifica, già docente del Master in Nutrizione Umana Applicata, già docente per il rischio e la prevenzione dell'infezioni, Formatore Tecnico Nazionale di Area Tecnica Specifica presso CSEN per il settore Scherma, Tiro con l'Arco e Obstacle Course Race, Maestro e Hall of Fame Panathlon di scherma storica, Responsabile Formazione per le OCR.

- *Leotta Andrea*

Formatore Nazionale Settore Tiro con l'Arco CSEN, ex Nazionale Compound FITARCO.

- *Lusignani Dario*

Formatore Nazionale Settore Tiro con l'Arco CSEN, Coordinatore Formazione e Tecnica Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Commissione 3D Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN.

- *Mustardino Marco*

Formatore Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Coordinatore Formazione e Tecnica Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Ideatore e Responsabile PROGETTO ARKÂN® Tiro Dinamico con l'Arco, Mental Coach.

- *Nati Marco*

Laureato in Scienze motorie, Preparatore Atletico ed esperto sulla biomeccanica del corpo umano, Formatore Nazionale OCR CSEN, Docente Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN.

- *Spigarelli Massimo*

Formatore Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Commissione Targa e Commissione 3D Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Tecnico II Livello FITARCO.

- *Tezza Adriano*

Formatore Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Commissione Targa Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Formatore quadro nazionale FITARCO.

- *Toderi Andrea*

Laureato in Scienze Motorie, Formatore Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Commissione Targa Settore Nazionale Tiro con l'Arco CSEN, Tecnico IV livello europeo CONI, Allenatore III livello FITARCO, Assistente Tecnico Nazionale Giovanile FITARCO.

## Programma e Calendario (30 ore totali) – date e orari potrebbero subire qualche lieve variazione

DATA E ORARIO	ARGOMENTO/MATERIA	DOCENTE
<b>lunedì 6/11/2023 – on line</b>		
20.30 – 22.30	Struttura del Settore, normativa ed etica sportiva	<i>Grillo</i>
<b>sabato 11/11/2023 – on line</b>		
9.30 – 12.30	Biomeccanica e Anatomia	<i>Nati</i>

**domenica 12/11/2023 – on line**

15.00 – 17.00 Metodologia dell’Insegnamento: Il Tecnico, profilo e competenze  
 17.30 – 19.30 Metodologia dell’Insegnamento: La Comunicazione *Mustardino*

**venerdì 17/11/2023 – on line**

21.00 – 22.00 Organizzazione di un evento didattico *Lusignani*

**domenica 19/11/2023 – on line**

15.00 – 17.00 Metodologia dell’Allenamento: Le capacità motorie  
 17.30 – 19.30 Metodologia dell’Allenamento: Il corso per neofiti *Tezza*

**In presenza: sabato 25 e domenica 26 novembre 2023 in una sede da confermare per gli iscritti del nord Italia; sabato 2 e domenica 3 dicembre 2023 in una sede da confermare per gli iscritti del centro-sud Italia.**

Saranno trattati i seguenti argomenti con alcuni dei Formatori e Docenti Nazionali CSEN:

2 ore	Materiali e Messa a punto Arco Compound	<i>Leotta / Spigarelli</i>
2 ore	Tecnica di tiro Arco Compound	<i>Leotta / Spigarelli</i>
2 ore	Materiali e Messa a punto Arco Olimpico e Nudo	<i>Tezza / Toderi</i>
1 ora	Tecnica di tiro Arco Olimpico	<i>Tezza / Toderi</i>
1 ora	Tecnica tiro Arco Nudo	<i>Tezza / Toderi</i>
1 ora	Arco Tradizionale (tipologie, geometrie, materiali)	<i>Mustardino</i>
1 ora	Messa a punto Arco Tradizionale	<i>Mustardino</i>
2 ore	Tecnica di tiro Arco Tradizionale	<i>Mustardino</i>
4 ore	Esami	<i>Docenti vari</i>

**Esami**

<b>PROVA SCRITTA</b>	Questionario con domande chiuse sugli argomenti trattati durante il Corso.
<b>PROVA ORALE</b>  <b>E</b>  <b>PRATICA</b>	La Commissione esaminatrice accerterà che il candidato sappia giustificare le risposte fornite nella prova scritta, sappia descrivere l'intera sequenza di tiro e conosca in modo approfondito i fondamentali tecnici.  Attraverso la prova pratica occorre saper eseguire tiri a bersaglio nel rispetto dei fondamentali tecnici, con materiale proprio e/o scuola.  Con la simulazione didattica pratica bisogna almeno riuscire a individuare le principali imperfezioni tecniche e suggerire qualche rimedio, esprimere i concetti con sufficiente proprietà di linguaggio e capacità comunicative.

SETTORE NAZIONALE  
TIRO CON L'ARCO CSEN