



**Oggetto: Corso di aggiornamento .  
“Metodologia dell’insegnamento della Tecnica Olimpico:  
Dai principianti all’Alto Livello. “**

Il Comitato Regione Basilicata , nell'ambito della programmazione delle attività di formazione tecnica, organizza un Corso di aggiornamento :

A chi è rivolto: Tecnici di ogni livello e grado .

Data di svolgimento: 18 e 19 Aprile 2026 ;

Sabato 18/04/2026 Orario: dalle 16.00 alle 20.00

Domenica 19/04/2026 Orario: dalle 09.00 alle 13.00

presso: Palestra della A.S.D. Arcieri Lucani Potenza- Via Viggiani n.1 85100 Potenza

**Crediti assegnati:** 0,5 (rif. B2 Tabella crediti).

Al termine del Corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione che riporterà titolo del corso, incluso a chi è rivolto, nomi dei Docenti, ore effettuate, firma del responsabile del corso e del Presidente del Delegato Regionale, crediti acquisiti.

**Responsabile del Corso:** Nicola TADDEI  
Cell. 347-7856169 email: fitarcobasilicata@libero.it  
Web : www.fitarcobasilicata.it

**Docente** • Andrea TODERI - All.Naz. - IV Liv. Europeo CONI

**Programma :**

## Sabato

### Fondamentali della tecnica Arco Olimpico

- Posizione, postura e allineamenti
- Impostazione dell'arciere principiante
- Sequenza tecnica base e principio della ripetitività

### Sequenza di Tiro, errori tecnici ricorrenti e metodi di correzione

- Analisi biomeccanica essenziale
- Gli step della sequenza di tiro
- Esercizi correttivi per ogni fase del tiro

### Progressione Didattica

- Strutturare una lezione efficace



# Federazione Italiana di Tiro con l'Arco



**Delegato Regionale di Basilicata Q.O. 2025-2028**

- Tassonomizzazione dell'allenamento
- Progressione tecnica e di materiale

## Avviamento all'Agonismo

- Consolidamento della tecnica nei pre-agonisti
- Esposizione graduale allo stress da competizione
- Approccio alla competizione

## Domenica

### Metodologie di insegnamento

- Apprendimento differenziale
- Obiettivi e feedback
- Videoanalisi, sensori e piattaforme digitali

### Pianificazione Agonistica

- Monitoraggio della performance
- Pianificazione periodica (macro cicli, mesocicli e micro cicli)
- Preparazione specifica per indoor e outdoor

**Partecipanti:**                      minimo 10 - massimo 30

### Quota d'iscrizione:

La quota d'iscrizione è pari a €. 30.00 e comprende: (formazione + materiale didattico+attestato, ecc...)

La mancata partecipazione al Corso dopo l'iscrizione, obbliga comunque al versamento della quota.

### Modalità di Iscrizione :

Invio contestuale di:

1. Modulo di iscrizione allegato alla presente circolare, completato in ogni sua parte, inviato a mezzo email al Comitato Regione BASILICATA (ricevuto su richiesta- scaricabile dal sito [www.fitarcobasilicata.it](http://www.fitarcobasilicata.it)) [fitarcoregione@fitarco-italia.org](mailto:fitarcoregione@fitarco-italia.org)

Attestazione di Pagamento della quota di iscrizione da versare sul Conto Corrente

Bancario : IBAN: IT60 D030 6909 6061 0000 0149 342 , intestato a : FEDERAZIONE ITALIANA TIRO CON L'ARCO

**Scadenza iscrizioni:**            data 16 Aprile 2026



Il Delegato Regionale  
Delegato del C.R.