

FOUNDATION

F1

Scoprire, acquisire
e consolidare
le forme basilari
di movimento

F2

Applicare e variare
le forme basilari
di movimento

Competizioni
occasional

T1

Dimostrare
il potenziale

F3

Impegnarsi in una disciplina
e/o competere

FTEM TIRO – SPORT DI MASSA

F1-F3 E T1 FUCILE ORDINANZA



Foto: Silvan Meier

- 03 Introduzione
- 04 Abbreviazioni / Organizzazioni
- 06 Basi FTEM Svizzera
- 08 FTEM nello sport di massa
- 10 Discipline fucile e pistola F1
- 12 Discipline fucile e pistola F2
- 14 Discipline fucile e pistola F3
- 16 Discipline fucile ordinanza T1 e Target Sprint
- 18 Offerte consigliate F1-T1



Foto: Christian H. Hildebrand (fotouag.ch)

Ruth Siegenthaler
Responsabile ambito formazione e giudici

Con questo concetto, la federazione sportiva svizzera di tiro (FST) regola il promovimento dello sport di massa nelle varie discipline. Il concetto si basa sul Piano programmatico per lo sviluppo dello sport e degli atleti FTEM Svizzera di Swiss Olympic (SO) e dell'ufficio federale dello sport (UFSPÖ) come pure sul concetto d'istruzione della Federazione sportiva svizzera di tiro.

Il concetto «FTEM Tiro – Sport di massa» si occupa principalmente dello sport di massa e si rivolge a tutte le discipline e a tutte le classi d'età. Il concetto è da vedere come base per il concetto FTEM Tiro speranze e sport d'élite.

Nel concetto vengono elencati i vari elementi e fasi delle discipline fucile e pistola nello sport di massa. Inoltre si affronta il tema «Talento» per le discipline fucile d'ordinanza, Target Sprint e Pistola (non olimpica).

Basi

Il presente concetto «FTEM Tiro – Sport di massa» si basa sulle linee guida e gli statuti della FST. Questi definiscono che la federazione si impegna attivamente per tutte le discipline di tiro nello sport di massa e per tutte le categorie d'età. Inoltre, la federazione rappresenta gli interessi del tiro in Svizzera e all'estero e ha come scopo il promovimento dello sport di massa e dello sport d'élite, delle speranze come pure del tiro fuori servizio.

Altri documenti su cui ci si basa sono il concetto d'istruzione della FST e il concetto di base FTEM Svizzera di Swiss Olympic.



ABBREVIAZIONI

CISM	Conseil International du Sport Militaire
CLP	Centro locale di prestazione
CNP	Centro nazionale di prestazione
CRP	Centro regionale di prestazione
DDPS	Dipartimento federale delle difese, protezione della popolazione e sport
ESA	Sport per adulti Svizzera
FCT	Federazione cantonale di tiro
FST	Federazione sportiva svizzera di tiro
FTEM	Foundation, Talent, Elite, Mastery
G+S	Gioventù e Sport
SAT	Tiro e attività fuori servizio
SF	Sottofederazione
SO	Swiss Olympic
UFSPPO	Ufficio federale dello Sport

ORGANIZZAZIONI

Ufficio federale dello Sport (UFSPPO)

L'Ufficio federale dello sport UFSPPO a Macolin promuove il movimento in Svizzera e il suo ruolo positivo e necessario nella società. È un centro di servizi, formazione e allenamento per lo sport svizzero e centro di competenza per la scienza sportiva. Inoltre assicura i presupposti ottimali per installazioni sportive di interesse nazionale. L'Ufficio federale dello sport supporta con il programma G+S la formazione e l'allenamento di juniores nei centri locali e regionali di prestazione. Offre allo sport di prestazione per gli elite, vari servizi e le infrastrutture dei centri di Macolin e Tenero.

esa

Sport per gli adulti Svizzera è un programma di sostegno della Confederazione incentrato sullo sport di massa e del tempo libero. In collaborazione con le organizzazioni partner si vogliono raggiungere degli standard qualitativi unitari per l'attività di formazione e perfezionamento dei monitori, che consentono di offrire i presupposti ideali per le attività sportive destinate ad un pubblico di adulti, ovvero a persone a partire da 20 anni. Esa sostiene la formazione di monitori sport per gli adulti delle sue organizzazioni partner, sia dal punto di vista finanziario che dei contenuti. Forma gli esperti e definisce temi di aggiornamento unitari.

Membri FST

Membri della FST sono federazioni cantonali o regionali che si compongono di tiratori o di società di tiro del rispettivo cantone o regione. Gestiscono un centro locale di prestazione (CLP).

G+S

Gioventù e sport è un programma della Confederazione, dei cantoni e delle associazioni sportive nazionali. Offre opportunità per bambini e giovani. Le offerte principali della Confederazione sono corsi di formazione di base e di perfezionamento per monitori G+S (formazione dei quadri), sostegno finanziario diretto di offerte dei cantoni, comuni, scuole, federazioni, società e organizzazioni sportive come pure la messa a disposizione di materiale didattico e materiale a prestito. L'UFSPPO ha con la FST un contratto di prestazione per il responsabile della disciplina tiro sportivo. Questo dirige un gruppo tecnico di esperti di tiro sportivo che consiglia sui temi delle singole discipline ed è responsabile per lo sviluppo della disciplina sportiva. G+S organizza giornate di formazione assieme a SOA, federazioni sportive, capi disciplina per favorire lo scambio di esperienze e lo sviluppo ulteriore e la realizzazione del programma G+S.

Associazione svizzera dei matcheurs

L'associazione svizzera dei matcheurs è l'organizzazione mantello delle organizzazioni match cantonali e regionali (sottofederazioni). L'associazione promuove il tiro match a livello nazionale in ogni età quale sport di massa secondo le regole della FST e della International Shooting Sport Federation (ISSF). L'associazione offre ai tiratori la possibilità, di ulteriori allenamenti al di fuori della propria società locale e di partecipare a competizioni tra associazioni amiche. Il tiro match avviene secondo programmi prestabiliti (spesso a livello internazionale).

SAT

L'unità organizzativa Tiro e attività fuori del servizio (SAT/TAFS) delle Forze terrestri è responsabile per i corsi per giovani tiratori (istruzione premilitare facoltativa), per la formazione dei monitori giovani tiratori e per i funzionari per il tiro fuori servizio (Ufficiali federali di tiro, presidenti e membri delle commissioni cantonali di tiro, monitori di tiro fucile e pistola).

FST

La Federazione sportiva svizzera di tiro (FST) con sede a Lucerna è l'organizzazione mantello dei tiratori svizzeri. La FST, con i suoi circa 130'000 membri è la quinta federazione sportiva svizzera. Circa 60'000 tiratori hanno una licenza. La federazione, fondata nel 1824 ha circa 2600 società di tiro, rappresentate da 35 federazioni membro.

Swiss Olympic

Swiss Olympic è il comitato olimpico nazionale e l'organizzazione mantello per lo sport svizzero organizzato secondo il diritto privato. La FST ha un mandato di prestazione con la Swiss Olympic Association dove è regolato tra l'altro il promovimento dello sport di prestazione.

In questo contratto di prestazione sono definiti assieme a ritmi di quattro anni (ritmo olimpico) gli obiettivi per la federazione in ambito di sport di prestazione che saranno poi messi in pratica dalla FST. Swiss Olympic seleziona gli atleti per gli European Games e i Giochi Olimpici su proposta della FST.

Leggibilità: Per facilitare la lettura, in tutto il documento si usa la forma maschile, ma si intende sempre anche che vale per il femminile.



Foto: Silvan Maier

BASI FTEM SVIZZERA

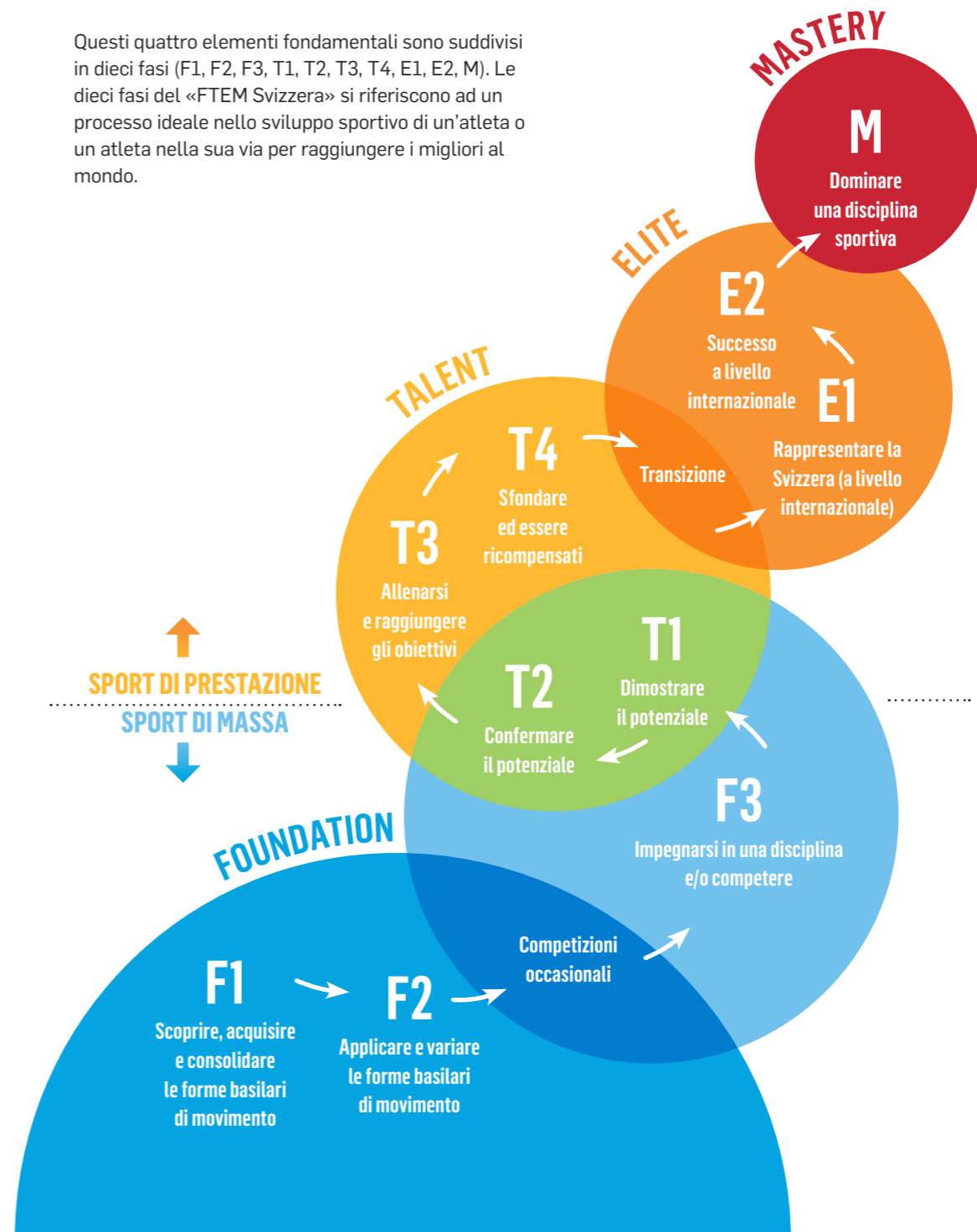
Situazione di partenza

Basi per il presente concetto sono il Piano programmatico per lo sviluppo dello sport e degli atleti «FTEM Svizzera» come pure il concetto d'istruzione FST.

«FTEM Svizzera» integra oltre allo sport di prestazione anche lo sport di massa in tutte le sue particolarità (sport per la salute, sport nel tempo libero, sport agonistico, ecc.).

«FTEM Svizzera» si basa su quattro elementi fondamentali: F corrisponde a Foundation (fondamenti, rudimenti, basi), T per Talent, E per Elite e M per Mastery (classe mondiale).

Questi quattro elementi fondamentali sono suddivisi in dieci fasi (F1, F2, F3, T1, T2, T3, T4, E1, E2, M). Le dieci fasi del «FTEM Svizzera» si riferiscono ad un processo ideale nello sviluppo sportivo di un'atleta o un atleta nella sua via per raggiungere i migliori al mondo.



Concetto d'istruzione



FTEM Svizzera

Concetto «FTEM Tiro – Sport di massa»

La Federazione sportiva svizzera di tiro regola con il concetto «FTEM Tiro – Sport di massa» il promovimento dello sport di massa nelle varie discipline.

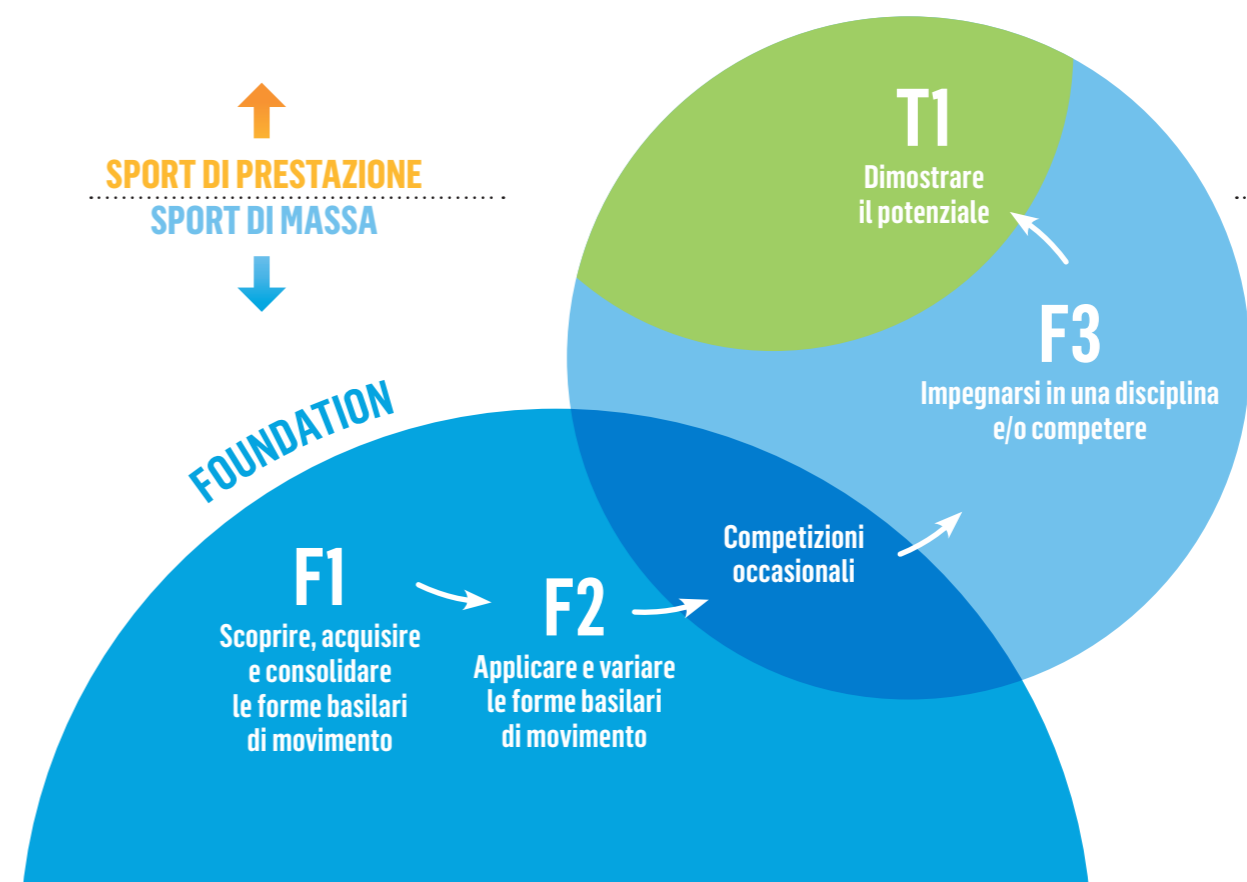
Il concetto «FTEM Tiro – Sport di massa» tratta un ambito parziale del concetto «FTEM Svizzera». Focus è posto soprattutto sui primi 4 elementi chiave (F=Foundation, cioè formazione base nelle società). Il concetto affronta in dettaglio il promovimento dello sport di massa nelle varie discipline.

Si tratta principalmente le prime tre fasi (F1, F2, F3) nelle discipline al fucile e alla pistola.

Il concetto è completato con la fase (T1). Le spiegazioni di questa fase si riferiscono però solo alle discipline fucile d'ordinanza, Target Sprint come pure per la pistola non olimpica.

FTEM NELLO SPORT DI MASSA

Foto: Silvan Meier



Discipline fucile e pistola F1

Inquadramento > F1 > F2 > F3 > T1 > T2 > T3 > T4 > E1 > E2 > M

F1 – SCOPRIRE, ACQUISIRE E CONSOLIDARE LE FORME BASE DI MOVIMENTO

OBIETTIVI	ISTRUZIONE F1	STRATEGIE
<ul style="list-style-type: none"> Suscitare entusiasmo per lo sport del tiro Inserire nuovi tiratori in società Istruire i tiratori Il tiratore F1 conosce gli elementi fondamentali dello sport del tiro ed è in grado di eseguirli correttamente nella sua disciplina 	<ul style="list-style-type: none"> I tiratori F1 apprendono gli elementi tecnici fondamentali dello sport del tiro come respirare, mirare, scattare e restare in posizione/in mira L'istruzione avviene in società da parte di monitori G+S Kids, G+S Sport giovanile, esa, monitori ordinanza o capi dei corsi di giovani tiratori equi-valenti allo Status C Le società sono invitate a svolgere regolarmente corsi di formazione nella disciplina corrispondente per tutte le categorie di età nel settore F1 Le gare interne senza tasse d'iscrizione promuovono il cameratismo e permettono di misurare il livello delle abilità atletiche 	<ul style="list-style-type: none"> Le società sono invitate ad organizzare eventi Zwinky per acquisire nuovi tiratori Tiro per il pubblico a manifestazioni Corsi introduttivi e per principianti Programma per le vacanze Prime gare per adolescenti Tiro popolare o Tiro Federale in Campagna Incoraggiare i possessori di armi a praticare lo sport Eventi aziendali (team building) Livello d'istruzione 1 + 2 (tiro con appoggio) I fucili e le pistole necessarie vanno messe a disposizione dalla società, da privati o dalla Confederazione



Concetto d'istruzione



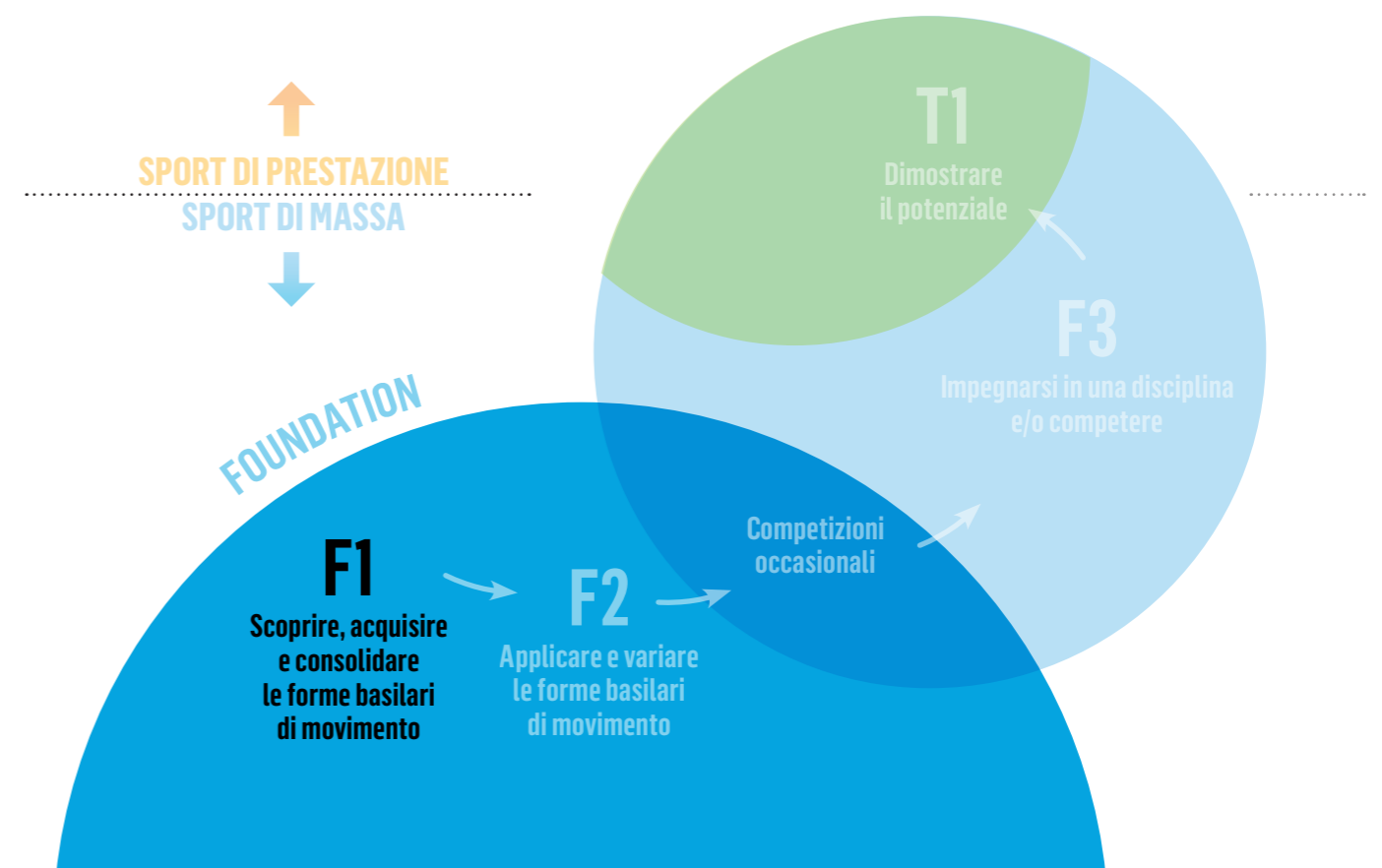
Animazione Il tiro sport affascinante



Quaderno d'allenamento G+S

F1 – SCOPRIRE, ACQUISIRE E CONSOLIDARE LE FORME BASE DI MOVIMENTO

CONTENUTI	FORME	PARTNER
<ul style="list-style-type: none"> I contenuti e le competenze d'allenamento sono descritti nel quaderno d'allenamento G+S Oltre alla sicurezza e agli elementi fondamentali della tecnica di tiro, dovrebbero far parte dell'insegnamento anche le capacità condizionali, regolazione della psiche e capacità analitiche 	<ul style="list-style-type: none"> Eventi Zwinky Corsi introduttivi di ca. 3 ore Lezioni regolari di allenamento (brevi sequenze di tiro, poca teoria e svariate forme di esercizio) G+S, esa, corsi per giovani tiratori, corsi di tiro scolastici, corsi di tiro in società e per seniores 	<ul style="list-style-type: none"> UFSPPO SAT Associazioni membro Cantoni e comuni (sport scolastico) Aziende Organizzatori di fiere



Discipline fucile e pistola F2

Inquadramento > F1 > **F2** > F3 > T1 > T2 > T3 > T4 > E1 > E2 > M

F2 – APPLICARE E VARIARE LE FORME DI BASE DI MOVIMENTO

OBIETTIVI	ISTRUZIONE F2	STRATEGIE
<ul style="list-style-type: none"> Integrare tiratori in società Consentire la formazione di team e i contatti sociali Formazione e perfezionamento nella tecnica di tiro Mostrare l'allenamento completo / fisico e psiche Motivare alle competizioni Mostrare una 2. posizione al fucile Il tiratore F2 conosce i movimenti fondamentali dello sport del tiro ed è in grado di eseguirli correttamente nella sua disciplina 	<ul style="list-style-type: none"> I tiratori avanzati F2 imparano a mettere in pratica i movimenti fondamentali (imbracciare, ottimizzare, tenere, controllare e reagire) e a variarli Le società offrono programmi orientati alle competenze in lezioni di formazione globale in tutte le discipline e per tutte le fasce d'età nel settore F2 La classificazione dei tiratori in F2 viene effettuata da monitori G+S Sport giovanile, esa, ordinanza o capi per corsi di giovani tiratori con modulo di formazione continua 1 	<ul style="list-style-type: none"> La formazione si svolge nei livelli di istruzione 2-4 di G+S I tiratori F2 dovrebbero essere motivati a praticare uno sport fisico complementare I tiratori F2 devono essere motivati e accompagnati alle competizioni. A tal fine è adatto partecipare ai programmi annuali della società Ai tiratori F2 dovrebbero essere mostrate nuove possibilità, p.es. altre discipline di tiro, tiro in appoggio, Target Sprint, ecc. Nell'età esa, a questo livello F2 viene presa la decisione per il tiro libero o il tiro in appoggio (dai 55 anni è possibile il tiro in appoggio anche per le competizioni)



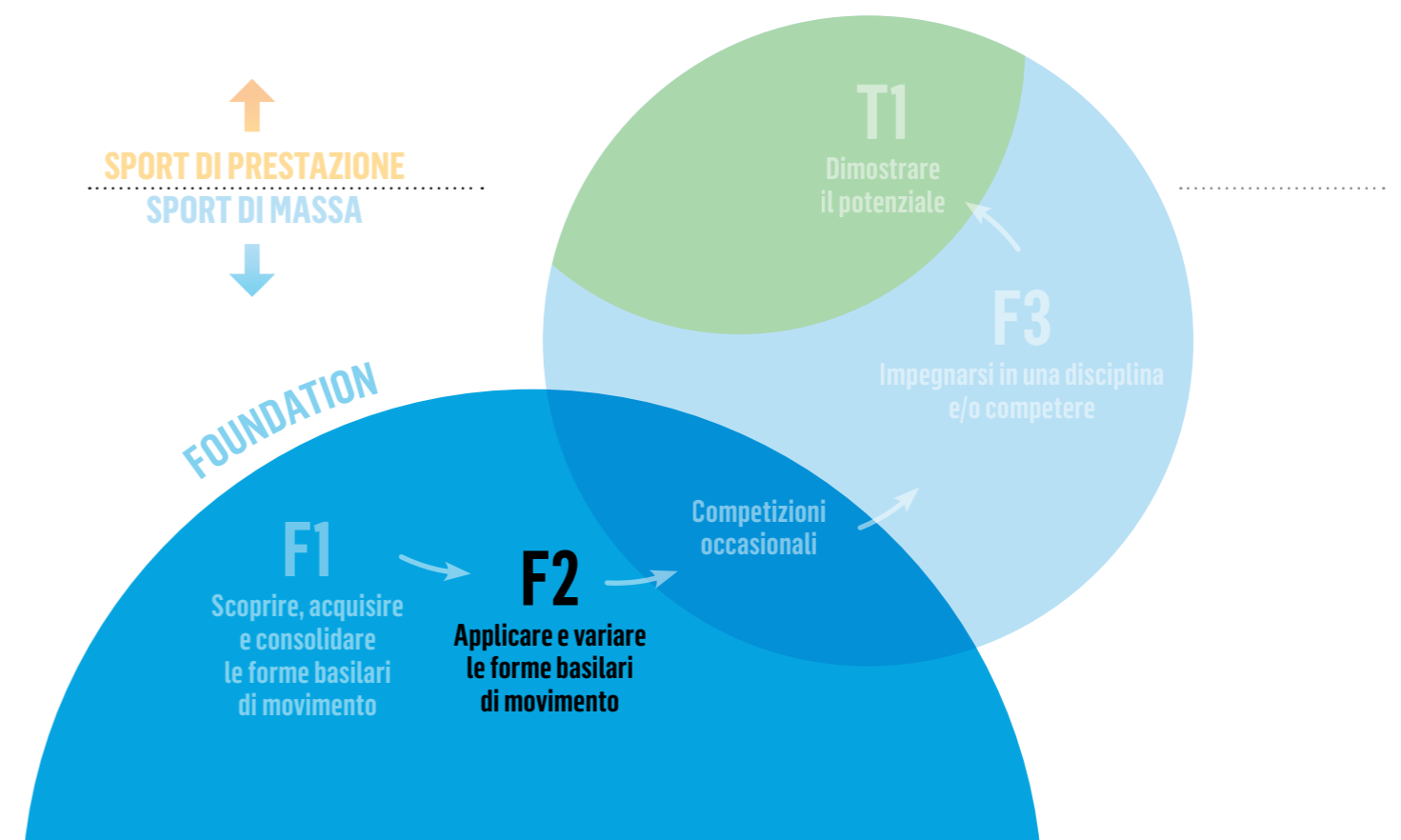
Concetto d'istruzione



Quaderno d'allenamento G+S

F2 – APPLICARE E VARIARE LE FORME DI BASE DI MOVIMENTO

CONTENUTI	FORME	PARTNER
<ul style="list-style-type: none"> I contenuti e le competenze d'allenamento sono descritti nel quaderno d'allenamento G+S Oltre ai movimenti fondamentali della tecnica di tiro, dovrebbero essere impartite anche conoscenze sulle regole, tattiche, abilità fisiche, forme di allenamento psicologico per la concentrazione, il controllo dell'attivazione e la fiducia in sé stessi. L'auto-riflessione e l'analisi sono elementi formativi centrali 	<ul style="list-style-type: none"> Lezioni d'allenamento regolari: le offerte di corsi F1 delle società devono continuare per gli F2 Se le società non offrono corsi F2, i tiratori possono essere motivati a partecipare a corsi di tiro esterni (organizzati dalla FCT/SF, scuola di tiro alla pistola o da terzi) 	<ul style="list-style-type: none"> FST Associazioni membro UFSPPO SAT Comuni / gestori di impianti sportivi Terzi: organizzatori di corsi



Discipline fucile e pistola F3



F3 – IMPEGNO E/O COMPETIZIONE SPECIFICA

OBIETTIVI	ISTRUZIONE F3	STRATEGIE
<ul style="list-style-type: none"> • Imparare ulteriori discipline e posizioni • Partecipare a competizioni federative • Sparare le maestrie • Reclutamento di allenatori e giudici • Pianificazione della carriera e decisione • «Legare» i tiratori alla società (riconoscere i tiratori meritevoli) • Il tiratore F3 è in grado di implementare con successo nelle competizioni i movimenti e gli elementi fondamentali dello sport del tiro 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiratori F3 imparano a mettere in pratica gli elementi fondamentali e i movimenti fondamentali • Le società offrono giornate di formazione, corsi o programmi per tiratori F3 in tutte le discipline e per tutte le fasce d'età. La comunicazione e la pianificazione della carriera sportiva sono in primo piano • La classificazione dei tiratori in F3 viene effettuata da monitori G+S Sport giovanile, esa, ordinanza o capi per corsi di giovani tiratori con modulo di formazione continua 2 	<ul style="list-style-type: none"> • La formazione si svolge nel livello di istruzione 4 • I tiratori F3 al fucile dovrebbero essere motivati a tirare in più posizioni; i tiratori pistola dovrebbero imparare altre discipline (p.es. pistola ad aria compressa a 5 colpi, standard, match A-B-C, ecc.) • I tiratori F3 dovrebbero essere coinvolti nelle attività societarie e motivati a frequentare, p.es., un corso di formazione per monitori G+S o monitore di tiro e svolgere attività come assistente all'istruzione o capo gara. • I tiratori F3 vengono motivati ad effettuare le selezioni di cantonali o nazionali per i relativi campionati. • I tiratori F3 conoscono il modello «FTEM Tiro – Sport di massa»



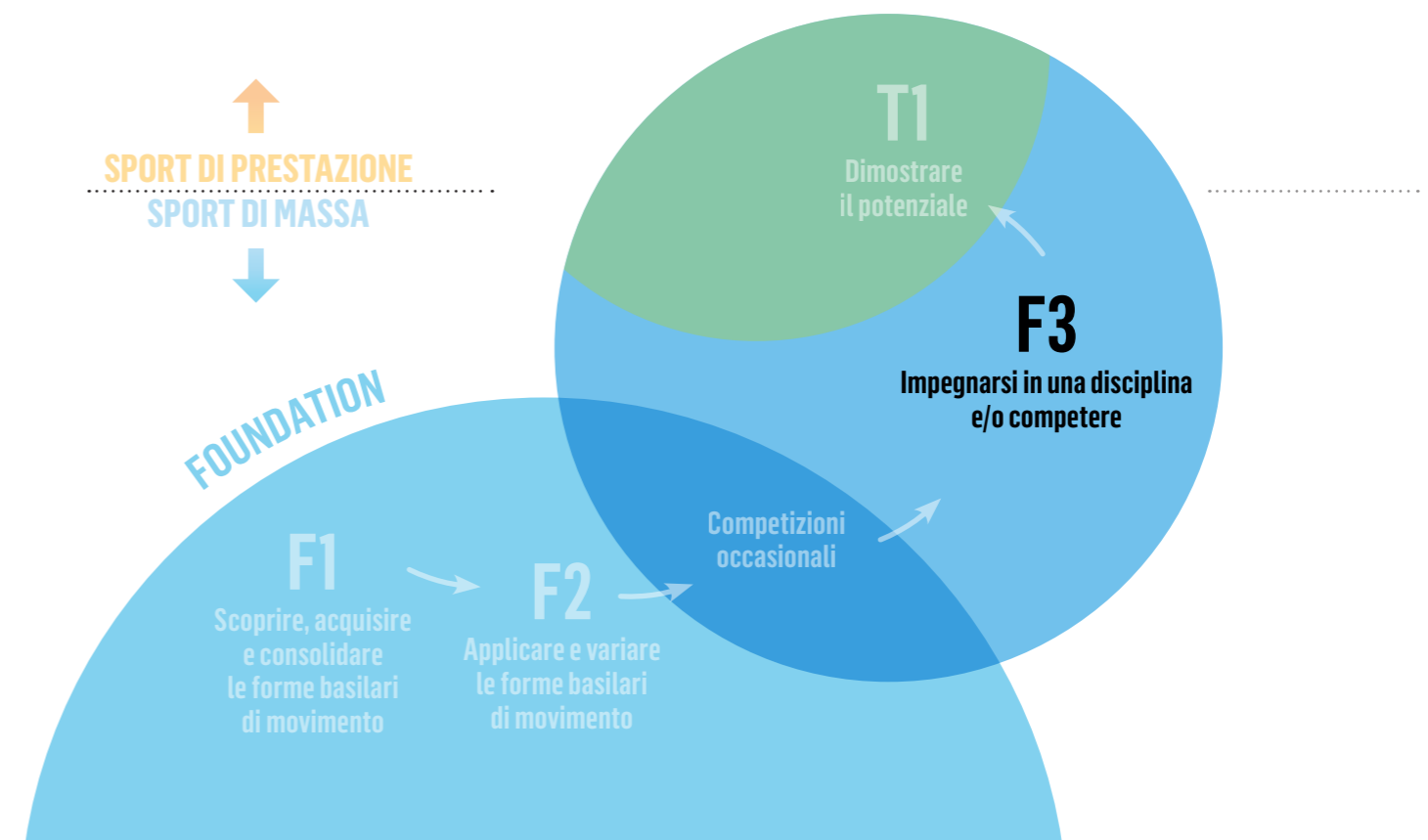
Concetto d'istruzione



Quaderno d'allenamento G+S

F3 – IMPEGNO E/O COMPETIZIONE SPECIFICA

CONTENUTI	FORME	PARTNER
<ul style="list-style-type: none"> • I contenuti e le competenze d'allenamento sono descritti nel quaderno d'allenamento G+S • Oltre alla partenza coordinata del colpo, vengono aggiunti altri temi quali l'etica, il fair play, il doping e le regole della competizione • A livello F3 la preparazione, la pianificazione, il comportamento, l'analisi di gara e la registrazione personale dei risultati sono temi centrali della formazione 	<ul style="list-style-type: none"> • Regolari lezioni di allenamento all'interno o all'esterno delle sessioni d'allenamento di società • I corsi F2 offerti dalle società devono continuare per gli F3. Le società offrono giornate di formazione (p.es. il sabato) come blocco di formazione nei corsi di formazione in società. È inoltre consigliato di partecipare a corsi di formazione esterni • Oltre alle lezioni di allenamento guidato, i tiratori F3 frequentano anche l'allenamento libero della società per ottimizzare le loro capacità di tiro 	<ul style="list-style-type: none"> • FST e federazioni membro • Associazioni regionali • Associazione matcheurs • UFSPO e SAT • Comuni / impianti sportivi



Discipline al fucile d'ordinanza e Target Sprint T1



T1 – MOSTRARE IL POTENZIALE

OBIETTIVI	ISTRUZIONE T1	STRATEGIE
<ul style="list-style-type: none"> Promozione del tiro in più posizioni con il fucile 300m Formare quadri cantonali Promozione della disciplina Target Sprint orientata alle prestazioni Formazione di quadri Target Sprint I talenti sono riconosciuti sulla base delle loro particolari capacità e abilità che mostrano in ambito fisico e psicologico Il tiratore T1 è in grado di eseguire i compiti assegnati in modo rapido e competente 	<ul style="list-style-type: none"> I tiratori T1 imparano ad applicarli con successo i movimenti fondamentale e ad allenare le varianti di forma (economizzare, ritmizzare, precisare) La FCT, la FST e l'Associazione tiratori Match offrono moduli formativi orientati alle competenze La classificazione dei tiratori T1 viene effettuata da monitori G+S Sport giovanile, esa, ordinanza con status A (o B), che svolgono la funzione di allenatore cantonale dei quadri o sono stati incaricati dalla FST (Talent scout) 	<ul style="list-style-type: none"> La formazione si svolge nelle discipline 300m e Target Sprint 10m I tiratori T1 sparano in più posizioni e si contraddistinguono dalla volontà e disponibilità di allenarsi maggiormente rispetto ai tiratori F3 Assolvono sessioni di allenamento supplementari secondo un piano di allenamento discusso, partecipano a tutte le offerte di sessioni di allenamento dei quadri, redigono un diario di allenamento e si tengono in forma I tiratori T1 assolvono gli Shooting Masters e le selezioni per i campionati nazionali I tiratori T1 conoscono il modello «FTEM Tiro – Sport di massa»

T1 pistola non olimpica: Non vi sono competizioni per i tiratori T1 che sono esclusivamente con pistole d'ordinanza. I tiratori T1 partecipano alle stesse gare dei tiratori F2-F3.



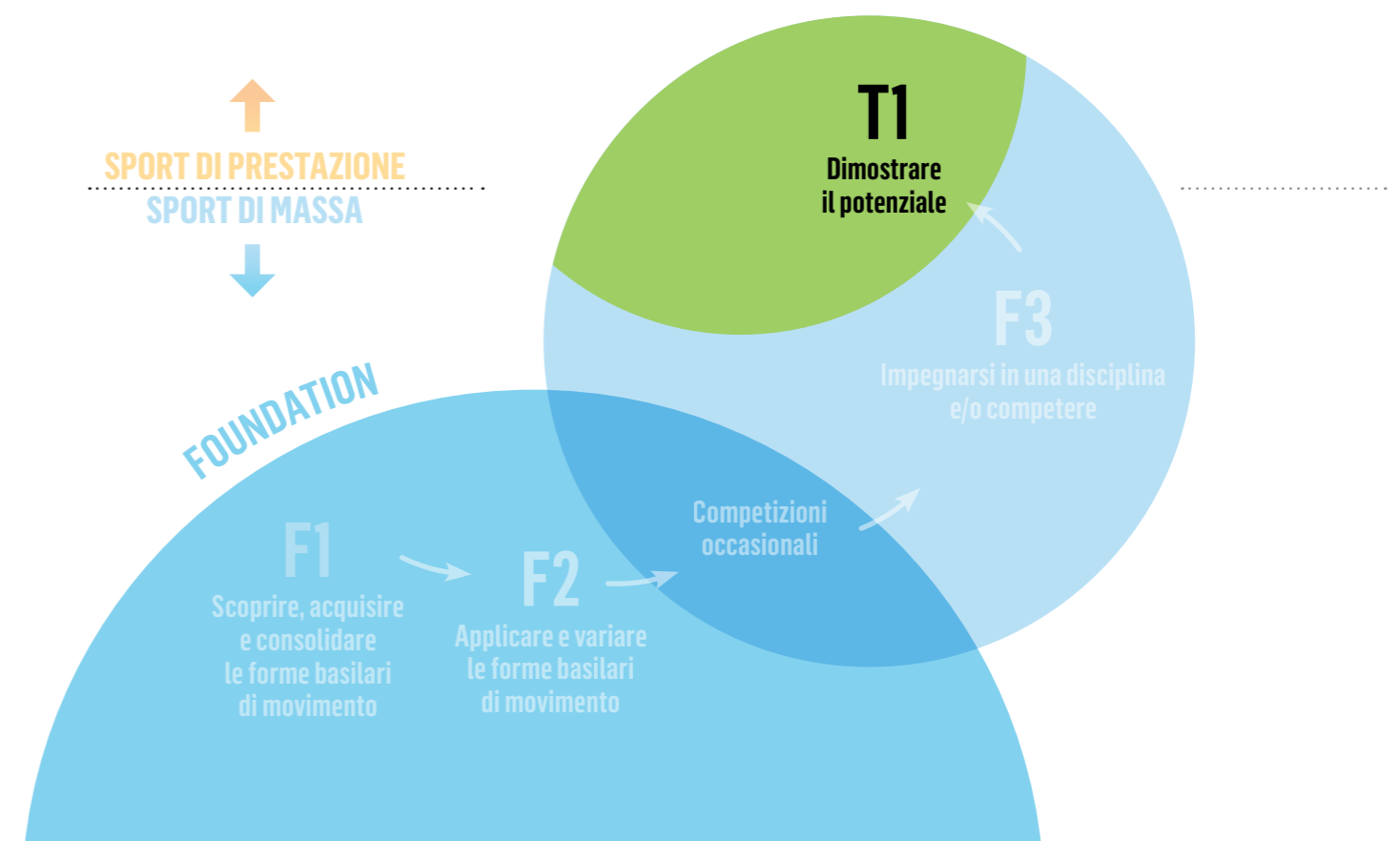
Concetto d'istruzione



Quaderno d'allenamento G+S

T1 – MOSTRARE IL POTENZIALE

CONTENUTI	FORME	PARTNER
<ul style="list-style-type: none"> I contenuti e le competenze d'allenamento sono descritti nel quaderno d'allenamento G+S e dipendono dal tipo di disciplina. (p.es. 300m allenamento al ritmo CISM o allenamento di corsa Target Sprint) 	<ul style="list-style-type: none"> Moduli d'allenamento regolari in gruppi Match della FCT per la preparazione dello Ständematch, campionati svizzeri o competizioni CISM Campi di allenamento 300m FST e Target Sprint FST per tiratori T1 talentuosi e motivati 	<ul style="list-style-type: none"> FST e federazioni membro Federazione regionale Associazione svizzera dei matcheurs CISM e SAT Swiss Ski (ambito Biathlon) Swiss Athletics (ambito corsa) Swiss Triathlon



Offerte consigliate

Inquadramento										
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
DEFINIZIONE	OFFERENTE	INTERESSATI	COMPETENZE	CONTENUTI IMPORTANTI		MODULI		DURATA		
F1 corsi per bambini	Società	Bambini da 8 anni	Conoscere il tiro sportivo ed esercitarsi sui livelli 1 e 2 dell'istruzione G+S	<ul style="list-style-type: none"> • Sicurezza • Conoscenza del materiale • Elementi fondamentali • Attività polisportive • Comportamento sociale • Giochi di tiro 		Corsi incl. campi di allenamento di al massimo 1 anno		6-12 mesi		
F1 Corsi giovanili	Società	10-20 anni	Conoscere il tiro sportivo ed esercitarsi sui livelli 1 e 2 dell'istruzione G+S			Corsi incl. campi di allenamento di al massimo 1 anno		6-12 mesi		
F1 corsi per giovani tiratori	Società	15-20 anni	Sono in grado di utilizzare in modo sicuro il fucile d'assalto 90 / pistola d'ordinanza e colpire in modo sicuro l'obiettivo			Ca. 90 min di allenamento settimanali		Stagione		
F1 Adulti	Società	Da 20 anni				Corso per giovani tiratori DDPS		Ca. 3 ore		
						Corsi d'introduzione		allattamento libero possibile solo sotto controllo		

Inquadramento										
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
DEFINIZIONE	OFFERENTE	INTERESSATI	COMPETENZE	CONTENUTI IMPORTANTI		MODULI		DURATA		
F2 corsi giovanili	Società	10-20 anni	Apprendere il tiro con un comportamento corretto e sportivo nei livelli 2-4 dell'istruzione G+S. Partecipare a competizioni idonee al loro livello, prepararsi a livello mentale e elaborare i propri risultati.	<ul style="list-style-type: none"> • Sicurezza • Conoscenza del materiale • Elementi e movimenti fondamentali • Analisi semplici • Allenamento fisico e psichico • Teambuilding • Fairplay 		Corsi incl. campi di allenamento al massimo 1 anno		6-12 mesi		
F2 corsi per giovani tiratori	Società	15-20 anni				Corso per giovani tiratori come pure ulteriori allenamenti in società		6-12 mesi		
F2 Adulti	Società	Da 20 anni				Corsi esa di ca. 15 settimana con allenamenti di 90 min settimanali		Allattamento libero è possibile		

Inquadramento										
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
DEFINIZIONE	OFFERENTE	INTERESSATI	COMPETENZE	CONTENUTI IMPORTANTI		MODULI		DURATA		
F3 corsi giovanili	Società	F3 giovani	Conoscono gli elementi della partenza coordinata del colpo e sono in grado di metterli in pratica con successo nelle competizioni. Conoscono le regole per lo sport pulito e vivono il Fairplay. Sono in grado di stilare analisi di competizioni e gestire in modo cosciente i risultati.	<ul style="list-style-type: none"> • Movimenti fondamentali e varianti di forma • Allenamento fisico e psichico • Teambuilding • Strategie • Analisi di gara 		Ca. 15 allenamenti in 6 mesi, come pure 2 ore di allenamento libero settimanale in società.		6-12 mesi		
F3 corsi per giovani tiratori	Società	F3 giovani				Ca. 15 allenamenti in 6 mesi, come pure 2 ore di allenamento libero settimanale in società.		6-12 mesi		
F3 Adulti	Società	F3 adulti				Corsi esa durante tutta la stagione e 90 min a settimana		Ca. 4 ore di allenamento libero settimanale in società		

Inquadramento										
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M
DEFINIZIONE	OFFERENTE	INTERESSATI	COMPETENZE	CONTENUTI IMPORTANTI		MODULI		DURATA		
T1 Ordinanza	FCT Federazioni distrettuali	T1 giovani T1 adulti	Tiratori al fucile T1 sono in grado, di praticare la propria disciplina in più posizioni. Conoscono forme semplici di allenamento mentale e sono in grado di applicarle a dipendenza della situazione.	<ul style="list-style-type: none"> • Allenamento delle varianti di forma • Allenamento fisico e psichico • Allenamento come da pianificazione periodizzata con il focus sull'obiettivo annuale personale 		Allenamento regolare, mensile die quadri o allenamento settimanale di punto d'appoggio		Ca. 10 ore di allenamento settimanale (tecnica di tiro, fisico e psiche)		

Numero di allenamenti per tutte le offerte elencate: Il numero consigliato di allenamenti può anche venir ridotto se una società a seguito di limitazioni di orari di tiro non è in grado di soddisfarle.



Foto: Silvan Meier

OFFERTE
CONSIGLIATE F1-T1



Etica

Il promovimento dello sport di massa sottostà alla Carta etica dello Sport di Swiss Olympic e al regolamento etico FST, come il promovimento dello sport di prestazione. Per lo sport di massa ci si riferisce in primis al concetto «cool and clean» di Swiss Olympic.

Controlling

Il controlling per il promovimento dello sport di massa è demandato alla direzione e alla responsabile della formazione in collaborazione con i capi istruzione delle FCT/SF e i capi GT delle FCT. La responsabile dell'istruzione prepara annualmente la documentazione necessaria per l'incontro federativo con UFSPPO secondo le direttive di quest'ultimo.

CONTATTO / IMPRESSUM



Federazione sportiva svizzera di tiro

Responsabile ambito formazione e giudici
Lidostrasse 6, 6006 Luzern
www.swissshooting.ch

Workshop FTEM Sport di massa:

Luca Filippini, Paul Röthlisberger, Ruth Siegenthaler, Urs Jenny, Paul Stutz, Walter Brändli, Walter Meer, Marc Baehler, Michael Merki, Markus Wyss, Jörg Traber, Theo Janssen, Enrico Ortelli

Foto: Silvan Meier, Christian H. Hildebrand (fotozug.ch)

Layout: Fabienne Wilhelm sulla base trurnit Publishers

Approvazione: Il comitato FST e Swiss Olympic hanno approvato il presente concetto.

Entrata in vigore: Il concetto sarà attuato gradualmente a partire dal 1° gennaio 2020 e presentato per la prima volta ai responsabili cantonali della formazione in occasione della loro conferenza nell'autunno 2019. I partner più importanti per l'attuazione sono le società, le FCT/SF, le associazioni match così come gli istruttori/monitori formati.