



**Settore Nazionale TAEKWONDO W.T.**

Via Merulana,48 -00185 – Roma

Sede Operativa e Rec. Postale: c/o Monti Vitale

Via Mameli,11 -20020 – Magnago(MI)

cell: 3714264510 e-mail: [unitam@unitam.it](mailto:unitam@unitam.it)

## PROGRAMMA NAZIONALE ACQUISIZIONE QUALIFICA INSEGNANTE TECNICO

**Acquisizione qualifica Allenatore 2° Livello:** Età minima anni 18; grado di Cintura Nera 1° Dan; almeno 6 mesi di tirocinio presso una società sportiva in qualità di Assistente Tecnico e corso obbligatorio di 30 ore in Regione.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
Koryo  Un Taegeuk dal 1° al 8° a scelta della commissione.  Un Taegeuk dal 1° al 8° a scelta del candidato.	Esecuzione delle posizioni e delle tecniche fondamentali	Terminologia; Teoria delle Forme; Traumatologia; Pronto Soccorso; Metodologia allenamento. Questionario scritto.	Nozioni di Base, tecniche e relative spiegazioni.

**Acquisizione qualifica Allenatore 1° Livello:** Età minima anni 19; grado di Cintura Nera 1° Dan; 1 anno effettivo di Tesseramento in qualità di Allenatore 2° Livello presso una o più Società Sportive.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
Un Taegeuk dal 1° al Koryo a scelta della commissione.  Un Taegeuk dal 1° al Koryo a scelta del candidato	Esecuzione delle posizioni e delle tecniche fondamentali	Terminologia; Teoria delle Forme; Traumatologia; Pronto Soccorso; Regolamento di gara; Metodologia allenamento. Questionario scritto.	Nozioni di Base, tecniche e relative spiegazioni.

**Acquisizione qualifica Istruttore di 2° Livello:** Età minima anni 20; grado di Cintura Nera 2° Dan; 1 anno effettivo di Tesseramento in qualità di Allenatore 1° Livello presso una o più Società Sportive e corso obbligatorio di 30 ore in Regione.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
Keumgan Due Taegeuk dal 1° a Koryo a scelta della Commissione  Un Taegeuk dal 1° a Koryo a scelta del candidato	Esecuzione delle parate e degli attacchi fondamentali; Illustrazione metodologia dell'insegnamento ed approccio con atleta in base all'età.	Terminologia; Teoria delle Forme; Traumatologia; Pronto Soccorso; Regolamento di gara; Metodologia allenamento. Tecniche e tattica del combattimento Questionario scritto.	Teoria; Didattica su tecniche a scelta del candidato e della Commissione.



**Settore Nazionale TAEKWONDO W.T.**

Via Merulana,48 -00185 – Roma

Sede Operativa e Rec. Postale: c/o Monti Vitale

Via Mameli,11 -20020 – Magnago(MI)

cell: 3714264510 e-mail: [unitam@unitam.it](mailto:unitam@unitam.it)

**Acquisizione qualifica Istruttore di 1° Livello:** Età minima anni 21; grado di Cintura Nera 2° Dan; 1 anno effettivo di Tesseramento in qualità di Istruttore 2° Livello presso una o più Società Sportive.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
Due Taegeuk dal 1° al Keumgan a scelta della Commissione  Un Taegeuk dal 1° al Keumgan a scelta del candidato	Esecuzione delle parate e degli attacchi fondamentali; Illustrazione metodologia dell'insegnamento ed approccio con atleta in base all'età.	Terminologia; Teoria delle Forme; Traumatologia; Pronto Soccorso; Regolamento di gara; Metodologia allenamento. Tecnica e tattica del combattimento. Questionario scritto.	Teoria; Didattica su tecniche a scelta del candidato e della Commissione.

**Acquisizione qualifica Maestro di 2° Livello:** Età minima anni 22; grado di Cintura Nera 3° Dan; 1 anno effettivo di Tesseramento in qualità di Istruttore 1° Livello e come Direttore Tecnico presso una o più Società Sportive e corso obbligatorio di 30 ore in Regione.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
TAEBAEK Due Taegeuk da Keumgan al 1° sorteggiati dalla Commissione  Due Taegeuk da Keumkang al 1° a scelta del candidato	Programma Tecnico; Fondamentali; Metodologia d'insegnamento e didattica nelle varie fasce d'età.	Terminologia; Teoria delle Forme; Traumatologia e pronto soccorso; Regolamento di gara; Metodologia dell'allenamento, capacità condizionale e processi energetici; Anatomia e biomeccanica applicata al taekwondo; Combattimento: La gara, le tecniche, la tattica, la preparazione atletica (Teoria e Pratica) Questionario scritto.	Teoria; Didattica tecniche a scelta del candidato e della Commissione.



**Settore Nazionale TAEKWONDO W.T.**

Via Merulana,48 -00185 – Roma

Sede Operativa e Rec. Postale: c/o Monti Vitale

Via Mameli,11 -20020 – Magnago(MI)

cell: 3714264510 e-mail: [unitam@unitam.it](mailto:unitam@unitam.it)

**Acquisizione qualifica Gran Master:** Età minima anni 40; grado di Cintura Nera 7° Dan; almeno 10 anni effettivi di Tesseramento in qualità di Maestro e Direttore Tecnico presso una o più Società Sportive.

FORME	PRATICA	TEORIA	DIFESA PERSONALE
HANSOO CHONKWON	Programma Tecnico; Fondamentali; Metodologia d'insegnamento e didattica nelle varie fasce d'età. Tecniche di combattimento (si sorteggia tecniche di attacco, difesa, contrattacco o d'incontro)	Terminologia; Teoria delle Forme; Metodologia dell'allenamento, capacità condizionale e processi energetici; applicata al taekwondo; Tesi riguardante) il candidato dovrà fare almeno 5 schemi e non oltre 10 con relativa breve spiegazione.	Teoria; Didattica tecniche a scelta del candidato e della Commissione.