|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * /Volumes/MONICA MY/Lavori/ULTIMO/FIDAL/CARTA INTESTATA 2014/FIDAL_carta_intestata_2015 sopra.jpgC:\Users\gcarbonaro\Pictures\Loghi\logo-sds.jpg

|  |
| --- |
| **FIDAL CONI - Scuola dello Sport** |

 |  |
|  |  |
|  ***Centro Studi*****Programmi didattici corso propedeutico 2° livello per tecnici (Allenatore)** |  |
| **METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO** | ***ore*** |
| **Le competenze pedagogiche del tecnico - La comunicazione** | **4** |
| Il profilo e le competenze didattiche e le responsabilità del tecnico di base |  |
| Concetti e principi generali sulla metodologia dell'insegnamento  |   |
| L'osservazione e la valutazione nell'insegnamento; funzioni e strumenti |  |
| I processi motivazionali: percezione di competenza e ruolo del tecnico  |   |
| La comunicazione e l’uso didattico: spiegare, dimostrare, correggere (introduzione) |   |
| **Il processo insegnamento - Apprendimento** | **4** |
| Apprendimento: presupposti cognitivi e fasi di sviluppo |  |
| La programmazione didattica (cenni su: obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didatt.) |   |
| Gli obiettivi dell'insegnamento: le abilità tecniche - cenni generali sulle tecniche  |   |
| **Totale**  | **8** |
|  |  |
| **METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO** | *ore* |
| **La prestazione motorio-sportiva**  | **3** |
| Le basi anatomiche e fisiologiche del movimento:cenni generali su organi e apparati |   |
| Fattori della prestazione sportiva (strutturali/funzionali): concetto di “modello” (generalità) |   |
| Lo sviluppo motorio – Le fasi sensibili – Schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive |   |
| **Le capacità motorie**  | **6** |
| Il sistema delle capacità motorie: organico muscolari (condizionali) e coordinative - cenni generali |   |
| Capacità coordinative: definizione, evoluzione e classificazione; mezzi e metodi di sviluppo |   |
| Mobilità articolare: definizione e principali metodi di sviluppo  |   |
| La forza: definizione, evoluzione e classificazioni e metodi di allenamento  |   |
| Velocità e rapidità: definizione, evoluzione, classificazione e metodi di allenamento  |   |
| Resistenza: definizione, evoluzione, classificazione e metodi di allenamento  |   |
| **Il carico fisico** | **3** |
| Principi e concetti fondamentali dell’allenamento – Carico fisico (interno/esterno) |  |
| Preparazione fisica di base: elementi del preatletismo generale e del preatletismo speciale |  |
| **Totale**  | **12** |
| **Totale generale** | **20** |